

كرة السلة تُعرف رياضة كرة السلة بأنها لعبة جماعية يتنافس فيها اثنان من الفرق، أما عن عدد لاعبي كرة السلة، فيتكوّن كل فريق من خمسة لاعبين، بحيث يهدف كل فريق إلى تسجيل نقاط أكثر عبر إدخال الكرة في سلة الفريق الخصم. وتعتمد تلك اللعبة على مبدأ التعامل مع الكرة باستخدام الأيدي فقط، وتميرها من لاعب إلى آخر، [١][٢] معدّات كرة السلة الملعب يحتوي ملعب كرة السلة على العديد من الأجزاء المختلفة، وتبلغ مساحة ملعب كرة السلة وأبعاده خمسة عشر متراً عرضاً، على أن تُقاس هذه المساحة من الحد الداخلي لخط ساحة اللعب، وذلك بحسب قوانين كرة السلة. ويُحدّد هذا الجزء بأربعة خطوط تحيط به، وخطاً الجانب لساحة اللعب، وخط المركز الموجود في مُنتصف ساحة اللعب. الخطوط يحتوي ملعب كرة السلة على العديد من الخطوط (بالإنجليزية: Lines)، ويُشترط أن تُرسَم جميعها باللون نفسه بشكل واضح، وتنقسم هذه الخطوط إلى أنواع مختلفة، وهو ذلك الخط الواقع في منتصف ساحة اللعب، ويُرسَم بشكل مواز لخطي نهاية ساحة اللعب، وهي الدائرة الموجودة في منتصف ساحة اللعب بقطر يبلغ 3. وتُرسَم هذه الدائرة بقطر 3. بحيث يكون مركزها على نقطتي انتصاف خطي الرمية الحرة. بحيث يكون بُعد حده الخارجي 5. الملعب الخاصّ بذوي الإعاقة يستطيع الأشخاص ذوو الإعاقة ممارسة لعبة كرة السلة من خلال الكراسي المُتحرّكة (بالإنجليزية: Wheelchair)، وبقوانين مُشابهة لقوانين لعبة كرة السلة التي يلعبها الأشخاص الأصحاء على ملعب يتكوّن من أجزاء الملعب العادي نفسها - والتي تمّ ذكرها في الفقرة السابقة - ضمن أبعاد ومساحات مُشابهة له. الكرة تُعدّ الكرة أحد أهمّ العناصر الرئيسيّة التي تتكوّن منها لعبة كرة السلة، والتي تتميز باختلاف أنواعها وأوزانها وأحجامها تبعاً لاختلاف نوع الملعب وطبيعة اللاعبين. بينما يُمكن اقتناء نوع آخر في حال الرغبة باللعب في الأماكن غير المُغلقة وغير المُخصّصة لهذه اللعبة، حيث يبلغ وزن الكرة التي يلعب بها الرجال قرابة نصف كيلوغرام. [٤][٥] توجد العديد من المواد التي تُصنع منها الكرة الخاصّة بلعبة كرة السلة؛ وتكون هذه الكرات مناسبة فقط للعب ضمن الصالات الرياضية الخاصّة باللعبة، ولا بدّ من الإشارة إلى أنّ هناك نوعاً من كرات السلة يمثّل خياراً مناسباً ومتوسّطاً بين النوعين السابقين، وهو النوع الذي يصلح للعب في الشارع، علماً أنّ هذا النوع من الكرات يتمّ صنّعه من مادّة الجلد الاصطناعي. ومن الجدير بالذكر أنّ كرة (Elite) تُعتبر من أفضل الكرات التي يوصي بها المختصّون في عالم كرة السلة. [٤] تتميز كرة السلة عن غيرها من كرات الرياضات الأخرى بلونها البرتقالي، ولا بدّ من القول هنا إنّ هذا اللون لم يكن مُلائماً لهذه الكرة منذ ظهور اللعبة؛ فقد كانت قديماً باللون البني الغامق، إلّا أنّه تمّ تغيير قواعد كرة السلة وقوانينها في عام 1957م ليتحوّل لون الكرة إلى اللون الأصفر الكامل أو البني المُشبع بالصفرة. مُدرب لعبة كرة السلة في جامعة بتلر رغبتة بجعل لون الكرة أكثر وضوحاً للاعبين والجمهور، وقد صارت رغبتة أمراً واقعاً عندما تمّ تغيير لون الكرة إلى لونها الحالي (البرتقالي) وذلك في عام 1958م، [٤] الأدوات التي يجب توفّرها توجد العديد من الأدوات والمعدّات التي لا بدّ من توفّرها في لعبة كرة السلة، شاشة إلكترونيّة في الملعب يظهر من خلالها وقت المباراة. لوحة تسجيل إلكترونيّة تظهر من خلالها نقاط الفريقين، ساعة خاصّة لتحديد الوقت اللازم لتسديد الرمية لكل فريق. حيث يظهر من خلالها توقّيت الأوقات المُستقطعة. شارات خاصة بعدد الأخطاء التي يرتكبها اللاعب أو الفريق. شارة خاصة بتبديل اللاعبين الأساسيين باللاعبين الاحتياط. قوانين كرة السلة طريقة احتساب النقاط ومدة المباراة إنّ قوانين كرة السلة قوانين واضحة فيما يخصّ عدد النقاط التي يتمّ احتسابها عند تسديد رمية ناجحة عبر الشبكة؛ حيث تُحتسب التسديدة الناجحة نقطة واحدة في حال تمّ رميها برمية حرة، وتُحتسب نقطتان عند تسديد الرمية من أيّ مكان آخر في الملعب. تتكوّن مدة مباراة كرة السلة من أربعة أرباع، حيث يتمّ تقسيم مباراة كرة السلة النسائية إلى أربع فترات، بينما يلعب الرجال في الجامعات مباراة كرة السلة في فترتين مدّة كلّ منهما ثلاث ساعة، فتُلعب مباراة كرة السلة خلال أربع فترات مدّة الواحدة منها ثمان دقائق. [٦] الوقت المُستقطع يُعرف الوقت المُستقطع في كرة السلة بأنّه: إيقاف جزئي للمباراة يبلغ في أقصى حدّ له دقيقة واحدة للوقت المُستقطع الواحد، وذلك من خلال إشارة خاصة يوجّهها إلى طاولة التسجيل الخاصّة بالمباراة. لتنبهه أنّ هناك طلباً للوقت المُستقطع. [٣] كما يُمكن طلب وقت مُستقطع من قبل أيّ فريق، وذلك عندما يتوقّف اللعب، وهناك حالات أخرى تُشكّل فرصة للوقت المُستقطع لكلا الفريقين؛ كتوقّف اللعب بعد رمية حرة ناجحة أو أخيرة لخطأ تمّ احتسابه، إذا كانت الرمية الحرة الأخيرة متبوعة برمية إدخال على امتداد خطّ مركز الملعب. إذا تمّ احتساب خطأ قبل عودة اللعب، يستطيع كلا الفريقين الحصول على وقتين مُستقطعين خلال الفترة الأولى من المباراة، وعلى ثلاثة أوقات إضافية في الفترة الثانية من اللعب، بينما يُمكن الحصول على وقت مُستقطع واحد في كلّ فترة إضافية من فترات اللعب. فلا يُمكن ترحيل الأوقات المُستقطعة إلى أيّ فترة أخرى، ويُسمَح للاعبين خلال الوقت المُستقطع بمغادرة أرض الملعب، والجلوس على المقاعد الخاصّة بفرقهم. [٣] الرميات الحرة يستطيع أحد الفريقين في كرة السلة كسب رمية حرة أو أكثر عن كلّ خطأ يسجّله

الفريق الخصم، فإنَّ الفريق الخصم سيحصل على رميتين حُرَّتَيْنِ عن كلِّ خطأ يُرتكب بحقّه. أمّا على مستوى اللاعبين فإنَّ اللاعب الذي يتمّ ارتكاب خطأ مُتعمّد وصريح بحقّه، وفي حال أراد اللاعب تسديد الكرة نحو الشبكة، فإنّه سيحصل على رمية واحدة في حال نجاح تسديده التي نفّذها، وسيحصل على رميتين حال عدم دخول الكرة في الشبكة. [٧] يحصل اللاعب على ثلاث رميات حرة في حال حدوث المخالفة وقت تسديد الكرة وبالقرب من خط تسديد النقاط الثلاثة، وفي حال نجاح التسديدة التي نفّذها اللاعب، فإنّه يحصل فقط على رمية حرة. كما تجدر الإشارة إلى أنّه يتوجّب على لاعبي الفريق الخصم عدم دخول منطقة تسديد الرمية الحرة إلى أن يرمي لاعب الفريق الآخر الكرة حتى تصل إلى حلقة الشبكة. كما يتوجّب على اللاعب الذي يريد تنفيذ الرمية الحرة عدم إبقاء الكرة معه أكثر من عشر ثوانٍ، فإنَّ الرمية الأولى تُعتبر ملغيةً، ويتمّ اعتماد الرمية الثانية فقط. [٧] الأخطاء والمخالفات قد تحدث في لعبة كرة السلة بعض الأخطاء أو المخالفات أثناء سير المباراة؛ كالأخطاء التي تنتج عند حدوث أيّ احتكاك وتواصل جسدي غير قانوني بين اللاعبين، ومن الأخطاء الأخرى التي قد يتمّ ارتكابها في كرة السلة ارتكاب اللاعب المُهاجم أو المُدافع خطأً شخصياً ضدّ لاعبي الفريق الآخر، وفي هذه الحالة تُعطى الكرة للفريق الخصم. [٨] لا تقتصر لعبة كرة السلة على الأخطاء الشخصية الناتجة عن الاحتكاكات بين لاعبي الفريقين، ومن ذلك تسبّب اللاعب بمخالفة في حال مشيه بمقدار خطوة ونصف دون تنطيط الكرة ومرواقتها، أو عندما يتسبّب اللاعب أثناء تنطيط الكرة في خروجها من الملعب، أو في حال إمساك الكرة أو تنطيطها بكلتا اليدين في الوقت نفسه. ومن المخالفات الأخرى التي قد تحدث أيضاً: اعتراض اللاعب للكرة بعد تسديدها ولمسها للوحة الخلفية للشبكة، أو احتفاظ اللاعب بها فترة تزيد عن خمس ثوانٍ دون تمريرها إلى لاعب آخر. وفي بعض الأحيان يلجأ الحُكم إلى احتساب مخالفة عند حصول لاعبين من فريقين مختلفين على الكرة في الوقت نفسه؛ وذلك تجنّباً لحدوث تدخلات عنيفة بين اللاعبين، وجدير بالذكر أنّه قد يتمّ احتساب مخالفة في حال عودة الهجمة إلى الخط الخلفي بعد مرورها من منتصف الملعب، وعند حدوث ذلك فإنَّ الكرة تنتقل إلى حيازة الفريق الآخر. [٨] الحكام يضبط مباريات كرة السلة سبعة حكام كلّ حسب اختصاصه على النحو الآتي: [٩] الحكم الرئيسي. وذلك بعد خمس عشرة دقيقة من بدء وقت المباراة، أو في حال تقديم الفريق الرفض المباشر للعب بعد أن يطلب منهم الحكم الأوّل ذلك. هذا إلى جانب عدم حصول الفريق الخاسر على أية نقاط في الدوري الذي تُلعب فيه المباراة؛ وفي حال انسحاب الفريق لمُرتين في البطولة نفسها، فسيتمّ استبعاده بشكل نهائيّ من منافساتها، خسارة المباراة بالإخفاق هي الخسارة التي تحدث للفريق في حال قلّ عدد لاعبيه عن لاعبين اثنين داخل أرض الملعب، ويتربّط على الخسارة بهذه الطريقة منح الفوز للفريق الخصم، أمّ استراتيجيّات كرة السلة دفاع لاعب مقابل لاعب تعتمد استراتيجية دفاع لاعب مقابل لاعب (بالإنجليزية: Man-to-Man Defense) على مراقبة كلّ لاعب دفاع لاعب آخر من مهاجمي الفريق المنافس، ومحاولة إبعاد أيّ خطر قد يُشكّله لاعب الفريق الآخر على الشبكة، وتمتاز هذه الاستراتيجية بالضغط المُتواصل على الخصم في أوقات المباراة جميعها، إلّا أنّها تتطلب وجود مُدافعين بمستوى جيّد في الفريق. والتي تُعنى بالدفاع عن منطقة مُعيّنة ضمن أرض الملعب، مع منع وصول لاعبي الخصم إليها، كما أنّها لا تعطي لاعبي الفريق مهامّ واضحة في الملعب، وقد تُفقد لاعبي الفريق امتلاك مهارة الدفاع رجلاً مقابل رجل، وعلى الرغم من هذه السلبيّات التي قد تظهر في هذه الاستراتيجية، كما أنّها مناسبة لإخفاء العيوب الفردية للاعبين الفريق، وتُتيح ضبط إيقاع اللعب، [١١] هجوم المنطقة تُعتبر استراتيجية هجوم المنطقة (بالإنجليزية: Zone Offenses) من استراتيجيّات اللعب المهمة في مباراة كرة السلة؛ حيث تعتمد على مبدأ العمل الجماعيّ في الهجوم، [١٢] هجوم الانتشار يتمّ اعتماد استراتيجية هجوم الانتشار (بالإنجليزية: Spread Offenses) في الأوقات الأخيرة من وقت المباراة، وانتشار اللاعبين في أنحاء ملعب المباراة، فإنّه لا بدّ من قطع الكرات من الفريق الآخر، [١٢] أبرز بطولة في كرة السلة يُعدّ دوري كرة السلة الأمريكيّ للمُحترفين والذي يُشار إليه اختصاراً بـ (NBA) أبرز البطولات الاحترافيّة الخاصة بلعبة كرة السلة، وتعود بدايات هذه البطولة إلى عام 1946 م، ممّا أدّى إلى ولادة ما يُعرّف بدوري كرة السلة الأمريكيّ للمُحترفين (NBA)، والذي كان يلعب فيه سبعة عشر فريقاً في ذلك الوقت. [١٣] تعرّض دوري كرة السلة الأمريكيّ للعديد من المشاكل والانتكاسات بعد مُضيّ بضعة أعوام على تأسيسه بمُسمّاه الجديد؛ تمّ إنشاء رابطة كرة السلة الأمريكيّة (ABA) التي بدأت كمُنافس لدوري كرة السلة الأمريكيّ للمُحترفين (NBA)، وقد بقيت رابطة كرة السلة الأمريكيّة قائمةً إلى حين دمجها مع الدوري الأمريكي لكرة السلة للمُحترفين، وتحديدًا في فترة التسعينيّات ظهر نجم الكرة الأمريكي مايكل جوردان (بالإنجليزية: Michael Jordan) الذي أصبح العلامة الفارقة في هذا الدوري؛ ولا بدّ من الإشارة إلى وجود عددٍ كبيرٍ من الفرق العظيمة التي هيمنت على بطولات الدوري الأمريكيّ لكرة السلة للمُحترفين، وتحديدًا في الفترة ما بين عاميّ (1948-1954) م، تاريخ كرة السلة تعود نشأة لعبة كرة السلة إلى عام 1891 م؛ على أن تكون في

الوقت ذاته سهلة التعلّم. كما أرادها لعبةً جماعية يتم لعبها ضمن عدد كبير من اللاعبين، وعليه فقد عاد جيمس نايسميث بذاكرته إلى لعبة كان يلعبها في صغره، والتي كانت تعتمد على مبدأ رمي الكرة على هدف لا يمكن مرور الكرة من خلاله، وعلّقها أعلى الصالة الرياضية. ثم بدأت لعبة كرة السلة برمي الكرة في سلال الخوخ، لالتقاط الكرة عند رميها في السلة، ثم رميها إلى الملعب مرة أخرى، لتمرّ الكرة من خلالها. [١٦] وضع جيمس نايسميث القواعد الأساسية للعبة كرة السلة والتي تكوّنت من ثلاث عشرة قاعدة، ووضّحت هذه القواعد العديد من الأمور المختلفة، وتحديد وقت المباراة بواقع شوطين مدّة كلّ منهما خمس عشرة دقيقة، وتحديد مراكز اللاعبين فيها تمّ اختراع كرة السلة التي لاقت نجاحاً ورواجاً كبيراً في مختلف البلدان؛ إذ تمّ الاعتراف بها رسمياً في عام 1905 م، وتجدر الإشارة إلى أنّ القواعد الثلاثة عشر التي وضعها جيمس لم تتغيّر كثيراً حتى وقتنا الحالي. أهميّة كرة السلة توجد العديد من الفوائد التي تنعكس على صحة الإنسان الجسديّة، والنفسيّة عند ممارسته للعبة كرة السلة، كما توجد العديد من الفوائد الأخرى التي تعود على المرء عند ممارسة لعبة كرة السلة، ومنها: [١٨] تعلّم مهارات العمل ضمن فريق؛ كونها لعبة جماعية. إنشاء علاقات اجتماعية جديدة، وعلى مدار العام كلّ؛ نظراً لكونها عادة ما تُلعب في أماكن مُغلقة. إمكانية لعبها بشكل فردي في حال توفّر سلة، أو حتى مع فريق كامل كما في الألعاب الرسميّة.