

▢ **Baschetul este un sport necostisitor, care îi învață rapid pe copii să lucreze în echipă și îi ajută să își dezvolte armonios corpul.**



România nu a fost niciodată o forță în baschetul mondial. O singură prezență la Jocurile Olimpice, bifată în urmă cu peste șase decenii (1952), și două locuri 5 atinse la Campionatele Europene (1957 și 1967) sunt cele mai mari performanțe ale echipei naționale în această disciplină.

Cu toate că tricolorii nu au mai fost prezenți la niciun turneu final major din 1987, baschetul este un sport foarte popular în România.

Primii pași în baschet se fac de obicei la scurt timp după începerea școlii, când copilul învață ce înseamnă o echipă. Fiind un sport alert, baschetul îi va învăța rapid pe juniori să comunice și să colaboreze. Corpul practicantilor de baschet se dezvoltă armonios, iar viteza de reacție și reflexele copiilor vor crește simțitor. De asemenea, detenta și coordonarea ochi-mână vor fi îmbunătățite, la fel ca forma fizică.

Baschetul poate fi practicat pe tot timpul anului, fiind un sport de sală. Anual sunt organizate multe competiții pentru copii, de la cele școlare, la turnee naționale. Copiii pot practica baschetul și la școală.

Probleme medicale pot apărea la genunchi și glezne, care sunt foarte expuse la accidentări din cauza sprinturilor și a opririlor frecvente pe care le face un jucător în timpul unui meci. De asemenea, coatele și umerii pot fi afectați. Fiind un sport non-contact, loviturile primite de copii pe teren vor fi puține.

Costurile părinților care își trimit copiii la baschet nu sunt deloc ridicate. Un echipament complet, o minge și o pereche de pantofi sport pot fi cumpărate cu mai puțin de 300 de lei, iar cursurile la o școală de baschet depășesc foarte rar pragul de 200 de lei și includ cel puțin 10 sedințe de antrenament pe lună.

În București sunt aproape 50 de cluburi afiliate Federației Române de Baschet, care au numeroase grupe de copii și juniori pentru toate categoriile de vârstă. Județele cu tradiție în acest sport, precum Cluj, Mureș, Dâmbovița, Iași, Timiș, Covasna, Harghita și Constanța oferă de asemenea numeroase posibilități celor care vor să practice baschetul într-un mod organizat. [Le găsiți pe toate AICI.](#)

Ghiță Mureșan este cel mai cunoscut baschetbalist român. El a evoluat mai multe sezoane la Washington Bullets (n.r. - în prezent, Washington Wizards) și New Jersey Nets (Brooklyn Nets) în anii '90, fiind unul dintre cei mai înalți jucători din istoria campionatului nord-american de baschet, la 2,31 metri.

Echipa feminină CSM Târgoviște a jucat în acest sezon în Euroligă, competiția de elită a baschetului de pe Bătrânul Continent, depășind prima fază a grupelor. La gruparea dâmbovițeană evoluează și singurele baschetbaliste din România care au jucat și în WNBA, Florina Pașcalău (Seattle Storm) și Gabriela Mărginean (Minnesota Lynx).

În 2015, România va găzdui, la Oradea și Cluj, două grupe ale Campionatelor Europene de baschet feminin, organizate alături de Ungaria.

Yahoo! News vă prezintă, într-o lungă serie de articole, ce avantaje și dezavantaje are fiecare sport în parte pentru copiii din România. Și vă îndeamnă să vă înscrieți copilul la un sport. În fond, nu aveți ce pierde: dacă nu va face performanță, va rămâne, în cele mai multe cazuri, cu un corp sănătos și cu un puternic spirit competitiv.

**** sursa : Yahoo! News**