

篮球运动是在1891年，由美国马萨诸塞州斯普林菲尔德市基督教青年会训练学校体育教师詹姆士·奈史密斯博士发明的。当时，在寒冷的冬季，缺乏室内进行体育活动的球类竞赛项目。奈史密斯从工人和儿童用球向“桃子筐”投准的游戏中得到启发，设计将两只桃篮分别钉在健身房内两端看台的栏杆上，桃篮口水平向上，距地面10英尺，以足球为比赛工具向篮内投掷，入篮得1分，按得分多少决定胜负。因为这项游戏最初使用是桃篮和球，遂取名为篮球。1893年铁质球篮取代了桃篮并挂上了线网。1895年篮筐开始固定在4×6英尺的篮板上并逐渐深入场内，到1913年将篮网剪开，形成了近似现代的篮板和球篮。

最初的篮球比赛规则很简单，对于场地大小、参加人数多少、比赛时间长短均无统一规定。1892年奈史密斯制定了第一部13条的原始规则，目的是使篮球游戏在公平对等的条件下进行，同时不允许粗野动作的发生。1915年美国制定了全国统一的篮球竞赛规则，并翻译成多种文字，向全世界发行。1932年，刚诞生的国际篮联以美国大学使用的篮球规则为基础，制定了第一份世界统一的竞赛规则。随着篮球运动的发展，场地设备得到改进和完善，规则也不断地增删和变化，现行规则计有61条和57个手势图。

篮球运动诞生后，传播很快。1892年传入加拿大和墨西哥，1893年传入法国，1895年传入中国，1901年传入日本和波斯（今伊朗），1905年传入俄国。1904年美国青年会男子篮球队在第三届奥运会上进行了表演，此后，篮球运动逐步在全世界开展起来。1932年6月18日在瑞士日内瓦成立了国际业余篮球联合会（简称国际篮联）。1936年第十一届奥运会上，男子篮球被列为正式比赛项目。1950年和1953年分别举行了第一届世界男篮和女篮锦标赛。1948年起，在许多国家的少年儿童中开始出现小篮球活动，受到国际篮联的重视，于1968年成立了“国际小篮球委员会”。1976年第二十一届奥运会又增加了女子篮球比赛。

30年代以前的篮球运动处于传播和推广时期，技术和战术尚处于初级阶段。30年代以后，篮球运动登上了国际体育竞技舞台，世界性的比赛推动着篮球技术、战术的迅速发展，技术动作、战术组织和训练方法逐渐走上了合理化、系统化和理论化的道路。从1936年至1948年间，由于规则的不断修改，促进了篮球攻防战术的变化运用，提高了攻防的速度。进入50年代，世界各强队普遍重视和发展高度，成为这一时期的显著特点。在1952年第十五届奥运会篮球比赛中，出现了身高2m以上的高大队员。他们在高空争夺中占有明显的优势，掌握了比赛的主动权。但此时的高大队员灵活性差，技术单调，篮下死打硬攻，因而战术呆板，使比赛速度受到影响。针对上述情况，国际篮联对规则进行了修改，扩大限制区，增加了30s和干扰球规则。

60年代是高度、技术和速度同步发展时期，各国在重视发展高度的同时，加强了高大队员技术和灵活性的训练。有些强队，如巴西队，尽管身高相对矮些，但他们以短跑运动员的速度和娴熟的技术，充分发挥快速、灵活的特长，在1963年第四届世界男篮锦标赛上夺取冠军，震动了世界篮坛。60年代中期，美国迪安·史密斯提出攻守平衡的理论，使世界各国开始重视进攻和防守的均衡发展，特别是防守有了新的发展和突破。防守不再是消极的，在防守的选位上改变了过去“以人为主”、“以区域为主”的观念，而是“以球为主”，使防守具有集体性、积极性、攻击性和破坏性。

70年代是高度、技术、速度相结合、相统一并持续发展的阶段，世界强队的身高增长到惊人的程度。参加第八届世界男篮锦标赛的队员，身高2m以上的，多达48人。前苏联队平均身高2.02m，前南斯拉夫队平均身高1.99m，美国队平均身高1.98m。这些高大队员既有高度，又有速度，能里能外，技术全面，充分体现了“大个队员小个化”的特点。70年代的篮球运动把高度、技术、速度、身体、意志、战术诸多因素融为一体，在比赛中展开高速度、高强度的全面对抗。快攻成为各队进攻中首先采用的锐利武器。高空优势体现在篮下的争夺，篮板球的争抢在篮圈水平面之上，投篮技术中出现了空中换手投篮，各种单、双手扣篮。高超的技巧表现在传球、运球动作熟练，运用自如。投篮命中率高达50%以上，比分迅速提高，和八届世界男篮锦标赛全部59场比赛中，有30场一个队得分超过100分。

80年代篮球运动是在高水平上的全面对抗，女子向男子化方向发展。其表现为高度与速度齐备，进攻、防守、篮板球三者并重，身体、智力、斗志和技术结合统一，技术全面而有特长突出的明星队员在队内发挥举足轻重的作用。