



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

«МИРЭА– Российский технологический университет»

РТУ МИРЭА

Филиал РТУ МИРЭА в г. Ставрополе

Реферат

по дисциплине
Физическая культура и спорт
Баскетбол

Тема: Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в
нападении

Выполнил студент: Рудоманов И.Р
Группа: СЦБО 01-22

Ставрополь, 2023 г.

**Анализ индивидуальных тактических действий
баскетболистов в нападении**

Баскетбол содержит бесчисленное множество тактических ситуаций, на каждую из которых игрок должен быстро реагировать адекватным образом. С этой точки зрения, необходимый опыт и тактические навыки приобретаются игроком при выполнении упражнений с противодействием соперника и в учебных играх. Недостатками такого подхода является стихийность и содержательная неопределенность тактической подготовки баскетболиста. Нужно знать, что существует ограниченное количество индивидуальных и групповых, легко классифицируемых тактических действий, являющихся исходным материалом из которых строится тактическое действие современного командного нападения. Знание всех элементов является обязательным для каждого баскетболиста, и определяют программу школы тактической подготовки баскетболистов. Программа включает индивидуальные тактические

действия игрока с мячом и групповые тактические взаимодействия двух или трех нападающих, базирующиеся на трех возможных движениях игрока без мяча к корзине, к партнеру с мячом, к партнеру без мяча.

Индивидуальные тактические действия игрока с мячом

Получив мяч, нападающий должен представить двойную угрозу для защитника - броском и подходом к корзине с ведением. Чтобы действие нападающего с мячом были более эффективными, он должен быть вооружен приемами обыгрывания защитника в начале ведения – вышагивания, скрестный шаг, поворот.

ВЫШАГИВАНИЕ. Выполняя вышагивание, нападающий делает первый шаг вперед, вынуждая защитника отступить, затем, используя движение головы, плеч и впереди стоящей ноги, делает вид, что хочет вернуться в исходное положение, провоцируя движение защитника вперед, при этом вес тела нападающего переносится на сзади стоящую ногу, что позволяет сделать длинный шаг вперед впереди стоящей ногой в первоначальное направление и начать ведение.

СКРЕСТНЫЙ ШАГ. Нападающий делает пружинящий шаг вперед-сторону, заставляя защитника сместиться в направлении возможного прохода, резко отталкиваясь от пола ногой, делает ею скрестный шаг и начинает ведение в другом направлении.

ПОВОРОТ. Нападающий делает быстрый поворот назад вплоть до того момента, пока не окажется сбоку от защитника, выпускает мяч в пол ближней к направлению поворота рукой и начинает проход с ведением. Последний прием чаще используется при изменении направления ведения, но с успехом может применяться и для обыгрывания защитника в начале ведения.

Взаимодействие двух нападающих

Передача и рывок к корзине – простейший пример взаимодействия двух нападающих. Передав мяч партнеру, игрок выполняет рывок к корзине с целью освободиться от защитника и получить обратную передачу.

Передача и рывок к корзине с изменением направления движения – используется для введения игрока в заблуждение. Нападающий делает два или три шага в направлении партнера с мячом, а затем прорывается к корзине в готовности получить мяч.

Рывок за спиной защитника. Когда защитник, сместившись на линию передачи, затрудняет получение мяча, нападающий должен сделать рывок за его спиной к корзине. Партнер с мячом должен быть постоянно готов к взаимодействию и немедленно передать мяч. Это взаимодействие базируется на первом движении нападающего без мяча к корзине. На втором возможном движении нападающего после передачи мяча к партнеру с мячом – базируются ситуации с использованием заслонов. При этом нападающий может пройти мимо партнера снаружи, наводя на него своего защитника (заслон наведение) или внутри, между партнером и корзиной, поставив для него заслон (стационарный заслон).

Передача и бросок из-за заслона наведением. Игрок передает мяч партнеру и делает рывок в след за передачей, обходя партнера снаружи и наводя на него защитника. Получив передачу, он может выполнить бросок из-за заслона.

Передача и проход из-за заслона наведением. После получения обратной передачи от партнера, игрок может пройти к корзине с ведением из-за заслона.

Передача после прохода из-за заслона наведением. Если защитник переключается на игрока, выходящего с ведением из-за заслона, его партнер должен сделать рывок к корзине и получить мяч от дриблера.

Те же три возможности реализации тактических ситуаций с заслоном возникает при движении игрока без мяча внутри и постановки им стационарного заслона для партнера с мячом.

Взаимодействие трех нападающих

Последнее возможное движение нападающего после передачи мяча партнеру без мяча вовлекает во взаимодействия трех игроков. При этом возможны разные сочетания игроков, в зависимости от занимаемых ими позиций на площадке – два игрока задней линии и крайний нападающий два игрока задней линии и центральной игрок; центральной игрок и два крайних нападающих игрока.

Взаимодействия двух игроков задней линии и крайнего нападающего

Средний игрок в этом звене передает мяч партнеру и выполняет рывок в противоположном от мяча направлении, устанавливая стационарный заслон для партнера без мяча. Последний выходит из-за заслона к корзине для получения мяча и последующей атаки. Если выход к корзине затруднен нападающий может сделать рывок к партнеру с мячом и разыграть одну из шести описанных выше ситуаций с использованием заслона.

Взаимодействия двух игроков задней линии и центрального игрока

Игрок задней линии передает мяч центральному игроку и проходит мимо центрального, стараясь навести на него своего защитника. Второй игрок задней линии выполняет скрестный проход с другой стороны вслед за первым проходящим. Мяч получает игрок, сумевший освободиться при скрестном проходе. Если защитник мешает проходящему игроку, заранее смещаясь в сторону центрального, проходящий может изменить направление движения и рвануться к корзине.

Скрестный проход можно рассматривать как исключение во взаимодействии трех игроков, поскольку он основан на втором возможном движении нападающего после передачи мяча – к мячу.

Взаимодействия центрального игрока, игрока задней линии и крайнего нападающего игрока

Игрок задней линии или крайний нападающий игрок передает мяч центральному игроку, после чего устанавливает стационарный заслон для

партнера без мяча. Партнер без мяча выходит из - за заслона и проходит мимо центрального игрока, выполняя заслон наведением. Центральной может передать партнеру, проходящему мимо или сам пройти к корзине с ведением.

Взаимодействия центрального игрока и двух нападающих игроков

Это атака с дальней от мяча стороны площадки. Крайний нападающий игрок наводит своего защитника на центрального игрока, прорываясь навстречу передаче.

В случае переключения защитника, центральной должен открыться сам для получения мяча. В упражнениях для совершенствования взаимодействий трех игроков легко может быть реализован принцип непрерывного движения игроков со сменой мест, лежащий в основе организации позиционного нападения в современном баскетболе.

Анализируя тактику позиционного нападения современных команд легко убедиться, что на возможных сочетаниях элементов представленной школы. Игрок, прошедший эту школу будет чувствовать себя на площадке уверенно.