

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ АГРАРНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ

Факультет культури й виховання

Кафедра фізичного виховання

**ТАКТИЧНІ ДІЇ ГРАВЦІВ У НАПАДІ
ПРОТИ ЗОННОГО ЗАХИСТУ В
БАСКЕТБОЛІ**

Методичні рекомендації для студентів груп
спортивного удосконалення

МИКОЛАЇВ
2015

УДК 796.323.2.052-057.87

ББК 75.556,11+74.480.0

Т 15

Друкується за рішенням науково-методичної комісії факультету культури й виховання Миколаївського національного аграрного університету від 18 травня 2015 року, протокол N 6.

Укладачі:

О. Є. Гладир - ст. викладач кафедри фізичного виховання, Миколаївський національний аграрний університет;
Н. В. Петренко - завідувач кафедри фізичного виховання, Миколаївський національний аграрний університет

Рецензенти:

О. М. Шуст - ст. викладач кафедри фізичного виховання, Чорноморський державний університет,
С. В. Овчарук - викладач кафедри фізичного виховання, Миколаївський національний аграрний університет.

@Миколаївський національний
аграрний університет, 2015

Зміст

Передмова	4
1. Принципи взаємодії гравців у зонному захисті	4
2. Методи боротьби проти зонного захисту	5
3. Структура атаки	21
3. 1. Оволодіння м'ячем	21
3. 2. Перехід у напад	23
3. 3. Проведення основного маневру тактичної комбінації	26
3. 4. Створення чисельної переваги	27
3. 5. Розвиток атаки	28
3. 6. Завершення атаки і захисні заходи	30
Висновок	31
Література	35

Передмова

Зонний захист існує стільки, скільки гра в баскетбол і його застосування суперниками часто приносить прикрі сюрпризи. Щоб постійно не зазнавати труднощів від добре організованого зонного захисту, кожна команда повинна мати на озброєнні спеціальний напад.

В даних методичних рекомендаціях викладені основні види нападу проти зонного захисту, які вважаються універсальними: швидкий прорив, створення чисельної переваги, заслони, напад через центрального нападаючого, напад двома центровими нападаючими, пресинг. їх можна застосовувати проти різних зонних побудов.

Користуючись цими відомостями, студенти груп спортивного удосконалення зможуть підвищувати рівень теоретичної підготовки, застосовувати ці знання на тренувальних заняттях і змаганнях, що неодмінно приведе до покращення спортивних результатів.

1. Принципи взаємодії гравців у зонному захисті

1. При сучасній організації зонного захисту гравці діють за правилом "гравець опікує гравця", не обмежуючись територіальними межами, що виключають переміщення і гру на перехоплення.
2. Гра на м'яч – це основний принцип, на якому ґрунтується вся структура зонного захисту. Гравець, що опікує нападаючого з м'ячем, повинний наблизитись до нього й активно протидіяти, інші ж гравці знаходяться між м'ячем і кошиком і уважно стежать за кожною передачею, відповідно змінюючи своє розташування, готові перехопити м'яч і допомогти один одному.
3. Рух м'яча обумовлює переміщення гравців. Кожен рух м'яча супроводжується переміщенням захисника. З рухом м'яча захисник змінює своє місце розташування. У цьому випадку він

стає відповідальним за нову територію, залишаючи свого підопічного без опіки. Переміщення гравців обумовлені зонною побудовою, що застосовується командою.

4. Дії захисників при переміщенні нападаючих. Коли нападаючі використовують заслони, наведення і переміщуються з однієї зони в іншу, захисники повинні передавати підопічного своїм партнерам.

5. Обґрунтовані переміщення. У процесі гри захиснику доводиться часто змінювати територію відповідальності для того, щоб закрити незахищену зону або відкритого гравця, а також у випадках перехоплення м'яча.

6. Команди, що застосовують зонний захист, широко використовують захисні комбінації, що атакують, з метою оволодіння м'ячем.

2. Методи боротьби проти зонного захисту.

1. Швидкий прорив.
2. Створення чисельної переваги.
3. Використання універсальних засобів нападу.
4. Пресинг.

Швидкий прорив

Одним з діючих методів боротьби проти зонного захисту є напад швидким проривом. Встановлено, що зростання індивідуальної майстерності баскетболістів дозволяє збільшити кількість випадків застосування швидкого прориву. Це пояснюється, насамперед, умінням виявити активність, ініціативу й агресивність дій гравців у захисті і тим самим забезпечити команді більш часте володіння м'ячем, а також розширити коло типових ігрових ситуацій, з яких можна успішно атакувати швидким проривом. До них варто віднести: укидання м'яча через лицьову і бокову лінії; груповий пресинг на своїй половині майданчику і пресинг по всьому полю;

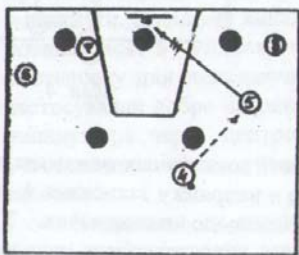
проведення оптимальної кількості проривів у чисельній меншості. Гравці повинні вміти використовувати також резерви для збільшення кількості проривів із традиційних ситуацій, тобто після перехоплення й оволодіння м'ячем, що відскочив від свого щита. Нажаль, дані педагогічних досліджень свідчать, що ці ігрові ситуації для проведення швидкого прориву використовуються лише в 50% випадків. Причини: відсутність награної системи початкових переміщень гравців, що забезпечують умови для швидкості і надійності першої передачі; не використовуються сприятливі умови для застосування ведення м'яча з метою подолання територіального простору, здійснення першої фази атаки і збільшення партнерів у прориві. Необгрунтоване відмовлення від проведення швидкого прориву не можна виправдати ніякою тактикою. Треба керуватися ще і тим, що ефективність цього виду нападу найвища - від 65 до 70 %.

Створення чисельної переваги (перевантаження) при застосуванні позиційного нападу

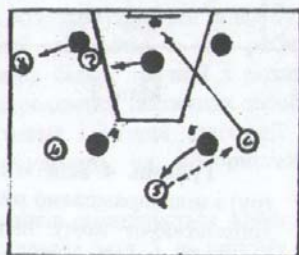
Дана задача вирішується арифметичною дією: там, де захищається один гравець, розташовуємо двох нападаючих, там, де два - трьох і т.д..

У приведених прикладах, мал.1, кількісна перевага створюється на тому фланзі атаки, де розташовуються два захисника. Таким же чином чисельна перевага створюється проти передньої лінії оборони, мал.2. Напрямок передачі обумовлюється діями захисників. Якщо до гравця з м'ячем підходить захисник 5, м'яч передається гравцеві 6, якщо підходить захисник 4, передача виконується нападаючому 4.

У першому випадку, мал.1, створення чисельної переваги більш переважно, тому що розбір гравців утруднений, і захист буде діяти з запізненням.



Мал. 1.



Мал. 2.

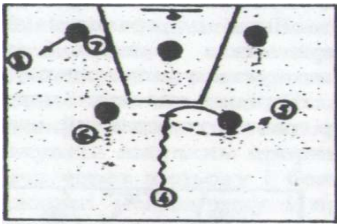
У силу специфіки взаємодій гравців, основною переважною слабкістю зонного захисту є зона штрафного кидка з флангу оборони. Саме в цих зонах повинні маневрувати і займати місце снайпери команди.

Маневреність гравців і вмiла передача легко руйнують захисні порядки оборони. Створення чисельної переваги на зазначених місцях можна здійснити більш ефективно за рахунок цілеспрямованого ведення м'яча, мал. 3, 4.

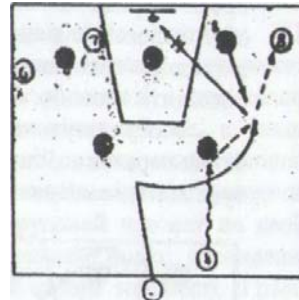
Ведення м'яча дуже важливий тактичний засіб атаки проти зонного захисту. Воно ефективно використовується при швидкому прориві для розосередження захисників, для проникнення між захисниками при обведенні і створення сприятливих умов для кидка м'яча в кошик або передачі.

Мал. 3. Кількісна перевага створюється за рахунок цілеспрямованого застосування ведення м'яча, що забезпечує швидкість і динамізм розвитку атаки і вносить елемент раптовості. Гравець 4 веде м'яч зі своєї зони (після вкидання м'яча в гру) і цілеспрямовано рухається в напрямку захисника 4, начебто допомагаючи йому визначитися щодо нападаючих. У даній ситуації іншого для захисника рішення бути не може. З урахуванням цієї прогнозованої ситуації здійснюється подальший розвиток атаки. Гравець 5 після введення м'яча в гру рухається

також цільовим маневром у напрямку захисника 5 (це відволікаючий маневр). У момент зупинки гравця 4 він



Мал. 3.



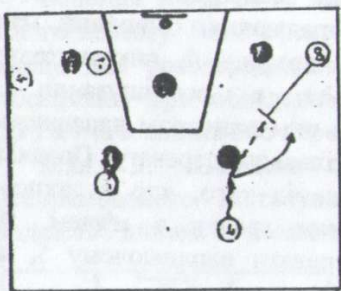
Мал. 4.

використовує наведення, створює кількісну перевагу на фланзі атаки і цими діями гравці 4 і 5 разом із гравцем 8 забезпечують сприятливі умови для кидка.

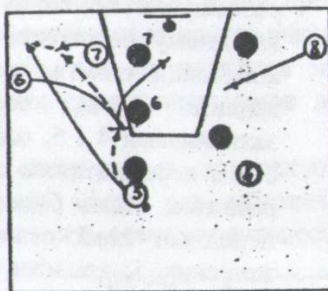
На мал. 4 продемонстровано механізм створення чисельної переваги в передній лінії оборони також за рахунок цільового використання ведення м'яча. Спочатку нападаюча команда повинна зосередити гравців на одному з флангів атаки, у даному випадку ліворуч, гравці 6, 7, 8. Своїм розташуванням вони змушують захисників визначитися у вихідному положенні щодо нападаючих. Основний маневр комбінації полягає в тім, що гравець 4, використовуючи ведення м'яча, спрямовується в розташування між захисниками 4 і 5, одночасно з цим маневром нападаючий 5 своїм переміщенням створює кількісну перевагу. Подальший розвиток атаки буде залежати від того, хто з захисників передньої лінії стане опікувати гравця з м'ячем. Якщо захисник 5, то м'яч варто передати нападаючому 5, якщо гравець 6, то нападаючому 6. Спочатку чисельної переваги домогтися нескладно, складніше буде домогтися сприятливих умов для кидка, тому що захист змушений буде перешикувати свої ряди і перейти на опіку "гравець - гравця" і тим самим

врівноважити сили, іншого рішення в неї не буде. Тому ми можемо досить точно прогнозувати дії захисту і ті ігрові ситуації, що можуть виникнути. У даному випадку ми розраховуємо, що атака буде розвиватися в умовах чисельної рівності, а це робить обстановку для нападаючих гравців більш звичної з позиції застосування добре награних універсальних тактичних засобів нападу: гра через центрального гравця і типові взаємодії за участю двох-трьох гравців, побудовані на використанні заслонів. Наприклад, на одному з флангів організується атака на основі парних типових взаємодій гравців, мал. 5, на іншому - у взаємодії з центровим нападаючим, мал. 6.

Тактична комбінація за участю двох гравців, мал 5, може успішно проводитися на будь-якому фланзі атаки. У даному випадку гравець X переміщенням до місця тактичної зав'язки забезпечує прийом м'яча і постановку заслону для звільнення від опіки свого партнера, гравця 4. Після передачі і виходу до м'яча гравець 4 взаємодіє з гравцем 8. Якщо кидкової ситуації створити не вдалося, то вони розвивають атаку за допомогою створення чисельної переваги. Для цього один з них використовує наведення на центрального гравця і цим маневром виходить на вільне місце. Головна задача партнерів - вчасно передати йому м'яч.



Мал. 5.



Мал. 6.

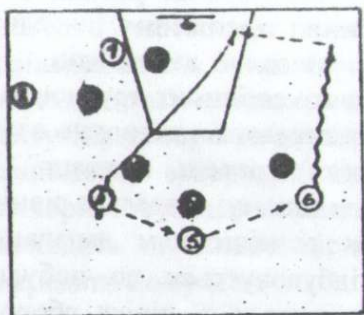
Мал.6. Гравець 5 передає м'яч нападаючому 6, що переміщується до кута штрафної зони з метою оволодіння м'ячем і постановки заслону для виходу гравця 5 на кидкову позицію. Переміщення гравця 5 може стати основним маневром тактичної комбінації або відволікаючою дією. Справа в тім, що під час переміщень нападаючих 5 і 6, центровий гравець виконує свій маневр - він відходить від щита і розвертається обличчям до нього, цими діями він забезпечує готовність опанувати передачею й атакувати кошик або взаємодіяти з гравцем 5. Нападаючий 6 має можливість виконати передачу в двох напрямках - партнерам 6 і 7. Краще рішення - виконати передачу зігнутою рукою через спину центральному нападаючому, котра внесе елемент несподіванки в розвиток комбінації. Після передачі гравець 6 зобов'язаний переміститися в напрямку щита, що дозволить створити кількісну перевагу останньої лінії оборони і забезпечити оптимальні умови для боротьби за м'яч, що відскочив.

Як уже було сказано, створення положення "чисельної рівності" нападаючих гравців щодо захисників, що обороняються зоною, не представляє особливих труднощів. В одному випадку первісна кількісна перевага з погрозою взяття кошика зобов'язує захист опікувати "гравець - гравця", що призводить до чисельної рівності, в іншому, чисельна рівність може здійснюватися початковим розміщенням нападаючої команди, що своїми діями підбудовується до побудови захисту: скільки захисників захищаються в лініях оборони, стільки ж нападаючих розташовуються на вихідних позиціях. Ці ситуації продемонстровані на малюнках 7, 8,9,10.

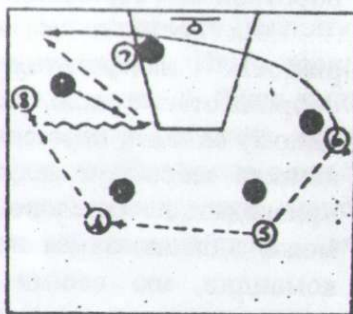
У фазі чисельної рівності гравців темп атаки трохи сповільнюється і така пауза повинна бути раціонально використана для вибору найбільш ефективних дій з метою створення другої чисельної переваги.

Створення другої чисельної переваги в атаці здійснюється переміщенням гравців у залежності від місця положення м'яча. Ці переміщення обумовлені умовами проведення конкретної тактичної комбінації. При переміщенні кількість і напрямок гравців, що одночасно рухаються, повинні бути цілеспрямованими, швидкими і конкретними. Більш ефективні проходи в обороні створюються діагональними переміщеннями в напрямку місця положення м'яча, тобто до м'яча в лінію оборони, де створюється кількісна перевага. Наприклад, кількісна перевага створюється переміщеннями гравців до м'яча, в одному випадку, діагональними переміщеннями, мал. 7, 8, 9, в іншому - круговими, мал. 10.

Мал. 7. У даній ситуації м'ячем володіє гравець 4. Передача м'яча гравцеві 5 визначає напрямок переміщення гравця 4 до м'яча і напрямок розвитку атаки. Одночасно нападаючий орієнтує своїх партнерів у якому, напрямку повинна піти передача м'яча, щоб повторно створити кількісну перевагу, але вже в іншій лінії оборони.



Мал. 7.

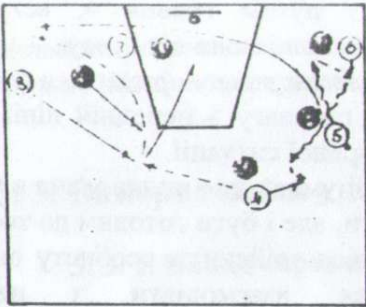


Мал. 8.

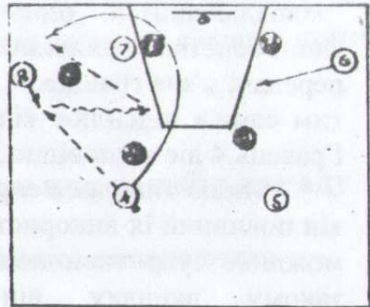
У залежності від сформованих обставин, гравець 4, здобувши м'яч, може завершити атаку самостійно або у взаємодії з партнерами. У такому випадку він повинний бути готовим до того, що один із захисників

обов'язково переключачється на нього, і буде активно протидіяти.

Мал. 8. У цій ситуації нападаюча команда першою кількісною перевагою не створила гравцеві 6 сприятливих умов для кидка. Захист встиг організувати чисельну рівність. У такому випадку нападаюча команда прагне створити другу кількісну перевагу на другому фланзі атаки. Для проведення цієї комбінації необхідно доставити м'яч до місця чисельної переваги. Оцінюючи обстановку, гравці можуть передавати м'яч один одному або через одного гравця, головне - вчасно передати його гравцеві 6. У проведенні цієї комбінації команді, що нападає, треба звернути увагу на дуже важливу обставину. Гравець 6 повинний отримати гарні умови для кидка й оперативний простір. Для цього гравець 8 після оволодіння м'ячем вступає в єдиноборство з захисником (відволікаючий маневр) і цією дією веде його з зони захисту, куди перемістився гравець 6. А після передачі м'яча гравцеві 6 гравець 8 переміщується в напрямку щита для боротьби за м'яч, що відскочив. Потрібно пам'ятати, що переміщення гравців без м'яча до щита під час розвитку комбінації вселяє впевненість у гравців, що виконують кидок м'яча в кошик.



Мал. 9.



Мал. 10.

Мал. 9. У приведеній комбінації основний маневр команда проводить такий же, як у попередній комбінації, але досить своєрідно. Після того, як була створена перша кількісна перевага, потім досягнута чисельна рівність, гравці 4, 5, 6 застосовують малу вісімку (відволікаючий маневр) для того, щоб переміщення нападаючих до місця перевантаження було несподіваним для суперника. Здійснює цей маневр звичайно снайпер або нападаючий, котрий у даній грі "в ударі". Після одного - двох кіл переміщень гравців по малій вісімці (за умовами награних дій), один з них із прискоренням переміщується в зону перевантаження, одночасно з цією дією здійснюється передача гравцеві 8, що виходить до м'яча, після чого він передає м'яч, у даному випадку, гравцеві 5, а сам рухається до щита. Гравці 4 і 6 забезпечують страховку тилу.

Створення чисельної переваги круговим переміщенням продемонстроване на мал. 10. Розміщення нападаючої команди виконується відповідно до побудови зонного захисту 2 - 3 . Три нападаючі гравці розташовуються на передній лінії нападу, два - на задній. Це єдина підготовча дія команди, за умови, що м'ячем буде володіти гравець 4. Комбінація проводиться в такий спосіб: гравець 4 передає м'яч гравцеві 8 і з прискоренням рухається в напрямку центра - застосовує напад. Цей маневр утрудняє умови переключення захисників. Нападаючий 8, одночасно з рухом гравця 4, вступає в єдиноборство з захисником 8 - відволікаюча дія і готує умови для передачі м'яча гравцеві 4. Виконавши задачу , рухається до щита і тим самим підсилює кількісну перевагу в передній лінії атаки. Гравець 4 діє відповідно до створеної ситуації.

Якщо з'явилися сприятливі умови для кидка м'яча в кошик, він повинний їх використовувати, але і бути готовим до того , що можливо супротивникові вдасться здійснити особисту опіку. У такому випадку він може взаємодіяти з центром, використовувати прийоми

єдиноборства проти захисника, що його опікує, і бути готовим розвивати атаку за рахунок ефективного виходу до штрафної зони гравця б.

Таким чином, у нападі проти зонного захисту добре проглядається своєрідна організована структура нападаючих дій: первинне створення чисельної переваги, створення чисельної рівності, повторне створення чисельної переваги. Кожна складова може функціонувати самостійно, тобто в результаті її проведення може виникнути кидкова позиція.

Основна умова успішного проведення атаки проти зонного захисту - це чітка організація дій команди, що виключає зтяжні підготовчі дії. Досить здійснити цілеспрямоване розміщення гравців динамічно, з ходу: мистецьки і доцільно використовувати прийоми гри і тактичні дії (ведення і передачу м'яча, переміщення, відволікаючі маневри, заслони, наведення) які повинні бути добре награні і застосовуватися комплексно, в сполученні зі швидкістю виконання.

Треба домогтися такої цілеспрямованості і швидкості дій, щоб захист не був здатний контролювати переміщення нападаючих і рух м'яча. Основною і єдиною підготовчою дією команди повинно стати доцільне розміщення гравців.

Використання універсальних засобів нападу

1. Напад через центрального нападаючого

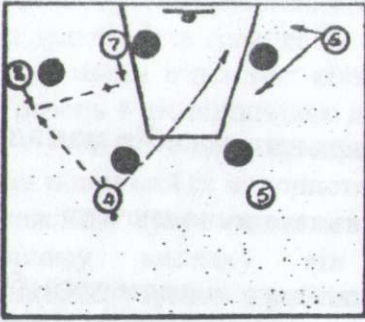
Тактика нападу через центрального нападаючого буде виправдана, якщо в складі команди мається результативний і могутній центровий гравець, що володіє різноманітними прийомами єдиноборств, різними способами виконання кидка м'яча в кошик і добре орієнтується в складних ігрових ситуаціях. Звідси

впливає задача для команди - створити для нього оперативний простір і постачати його м'ячем.

Атакує центр за допомогою партнерів і у взаємодії з ними. Найчастіше центр взаємодіє з одним із гравців у таких коаліціях: нападаючий - центр, центр - нападаючий, центр - захисник. Напад через центрального гравця звичайно здійснюється в умовах чисельної рівності.

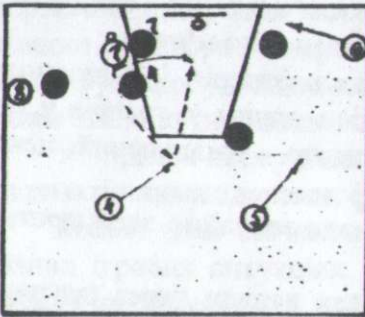
Мал. 11 - а. В усіх випадках нападу через центрального гравця головна задача - передати йому м'яч. Найбільш оптимальні умови для виконання передачі м'яча центрові має нападаючий, котрий грає на стороні центра, у даному випадку гравець 8. Гравець 8 передає м'яч центральному нападаючому 7, що приймає рішення : атакувати кошик суперника самостійно або у взаємодії з іншими гравцями. Гравці можуть утримувати свої позиції або переміщуватися з метою створення чисельної переваги, як це виконують гравці 4 і 6. Вони можуть і виходити на вільне місце для одержання м'яча або виконувати відволікаючу дію для того, щоб позбавити суперників можливості підстрахувати один одного.

Команда, що організує напад через центрального гравця, повинна взяти до уваги і те, що захищаючись, команда буде широко використовувати підстрахування, щоб активно протидіяти центральному нападаючому. Звичайно кваліфіковані центрові нападаючі добре орієнтуються в такій обстановці і розвивають атаку у взаємодії з партнерами, мал. 11 - б. Як правило, команді, що нападає, відомо, у яких випадках і хто з гравців команди, що захищається, буде брати участь у підстрахуванні. Це в основному захисники 8 і 4 і центр має можливість зробити конкретний вибір у розвитку атаки. Якщо в підстрахуванні бере участь захисник 4, то центр взаємодіє з нападаючим 4. У такій ситуації гравці 4 і 5 повинні зміститися в зоні своєї ігрової позиції, що



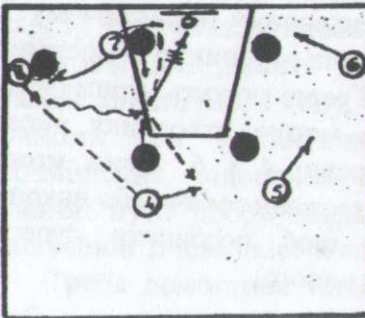
а

дозволить їм створити умови для надійної передачі. Центр 7 передає м'яч гравцеві 4, а потім вривається в зону штрафного кидка й одержуючи зворотну передачу, атакує кошик. У цій комбінації створюються гарні умови для атаки і для гравця 4, що після передачі від центра має можливість завершити атаку кидком або застосувати обведення.



б

Команда, що організує напад через центрального гравця, повинна взяти до уваги і те, що захищаючись, команда буде широко використовувати підстрахування, щоб активно протидіяти центральному нападаючому. Звичайно кваліфіковані центрові нападаючі добре орієнтуються в такій обстановці і розвивають атаку у взаємодії з партнерами, мал. 11 - б.



в

Як правило, команді, що нападає, відомо, у яких випадках і хто з гравців команди, що захищається, буде брати участь у підстрахуванні. Це в основному захисники 8 і 4 і центр має можливість зробити конкретний вибір у розвитку атаки. Якщо в підстрахуванні бере участь захисник 4, то центр взаємодіє з нападаючим 4. У такій ситуації гравці 4 і 5 повинні

Мал.11.

зміститися в зоні своєї ігрової позиції, що дозволить їм створити умови для надійної передачі. Центр 7 передає м'яч гравцеві 4, а потім вривається в зону штрафного кидка й одержуючи зворотну передачу, атакує кошик. У цій комбінації створюються гарні умови для атаки і для гравця 4, що після передачі від центра має можливість завершити атаку кидком або застосувати обведення.

У тих випадках, коли в підстрахуванні бере участь захисник 8, центр повертає м'яч гравцеві 8 і свою передачу супроводжує переміщенням для постановки заслонів. Подальші дії здійснюються на основі типових взаємодій двох гравців, мал. 11-в. Дії інших гравців залишаються колишніми.

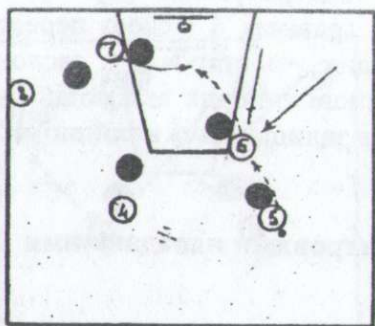
2. Напад двома центровими нападаючими

Тактика нападу двома центровими припускає, щоб другий центральний нападаючий займав ігрову позицію для атаки динамічно, тобто рухався з початкового розміщення. Якщо в складі команди немає другого центрального гравця, то його роль може успішно виконати крайній нападаючий або будь-який інший гравець (при відповідній підготовці).

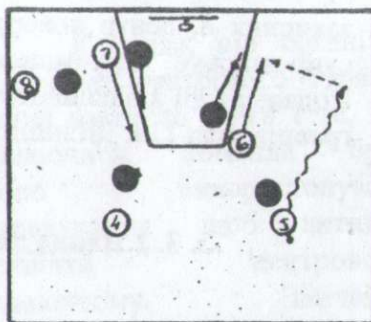
Ігрову позицію переважніше займати в безпосередній близькості кута штрафної зони.

Взаємодії двох центрових гравців починаються з моменту оволодіння м'ячем другим центром, гравець 6, мал. 12. Гравець 6, одержавши м'яч, розвертається обличчям до основного центру з готовністю передати йому м'яч або атакувати самому. У той же самий час перший центр входить у зону штрафного кидка для одержання м'яча і потім атакує кошик. У цій ситуації другий центр зобов'язаний виконати передачу в напрямку дальньої руки щодо напрямку руху. При проведенні цього основного маневру комбінації - тактичної зав'язки - інші гравці

виконують різні переміщення, що відволікають суперників від взаємодій двох центрів і забезпечують умови для атаки з їх участю, тобто створюють широкий вибір напрямку атаки. Наприклад, гравець 5 після передачі м'яча другому центру, намагається звільнитися від опіки і підготувати умови для атаки за рахунок застосування наведення.



Мал. 12.



Мал. 13.

Коли два центрових гравці займають позиції - один внизу штрафної зони, інший - угорі, то в такому випадку вони взаємодіють у залежності від положення м'яча: м'яч ліворуч - перший центр грає внизу штрафної зони, м'яч праворуч - позиції центрів міняються відповідно, мал.13.

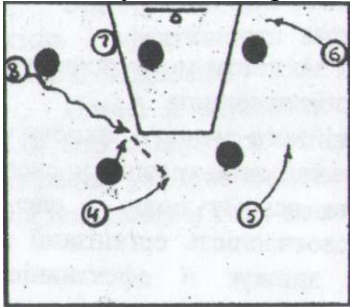
Такі погоджені дії забезпечують гарні умови для застосування типових комбінацій за участю центрів з обох флангів атаки. Крім того, створюється динамічна й ефективна кількісна перевага, а також збільшується кількість нападаючих гравців у боротьбі за м'яч, що відскочив.

3. Напад з використанням заслонів

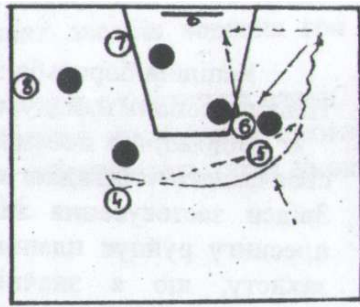
Тактика нападу заслонами проти зонного захисту полягає в тім, що заслони виконуються після застосування нападаючого обведення з метою проникнення в розташування між двома захисниками. Характер цих дій

здобуває якість єдиноборств із метою прориву під шит. Якщо такому прориву, крім суперника, що його опікує, буде протидіяти ще й інший захисник, у цьому випадку будуть створені сприятливі умови для кидка кожного з партнерів.

У показаній на мал. 14 тактичній комбінації нападаючі гравці взаємодіють у такий спосіб: якщо обведення почалося вправо, усі партнери повинні зміститися трохи вправо, цей зсув створює гарні умови для передачі і прийому м'яча, насамперед для нападаючого 4. Потім атака розвивається із застосуванням цього ж способу іншими гравцями.



Мал. 14.



Мал. 15.

Ці дії підкоряються основному принципу здійснення маневрів - обведення повинне бути настільки ефективним, щоб змусити супротивника захищитися вдвох проти одного. Наприклад, проникнення гравця 8 з м'ячем між захисниками 8 і 4 повинно забезпечити гарні умови для передачі м'яча своїм партнерам, а для самого нападаючого 8 - гарні можливості продовжити атаку кидком м'яча в кошик. Якщо м'яч буде переданий гравцеві 4, тоді в цього гравця з'являться сприятливі передумови для атаки. У випадку, якщо цьому будуть протидіяти захисники 4 і 5, нападник 5 повторює той же маневр. У такий спосіб

нападаюча команда застосовує послідовну серію заслонів з метою висновку на кидок одного з гравців.

Вимоги до техніки виконання: нападаючий застосовує коротке обведення (використовує один удар м'ячем і максимально широкі кроки), після її застосування він повинний домогтися випереджального положення, що поєднується з раптовою зупинкою, тобто збережені оптимальні умови для кидка. Одночасно нападаючий повинний добре вкривати м'яч, отблокував своїм тілом суперника, а потім передати м'яч партнерові і рухатися до щита. Передачу краще виконувати ударом об поверхню площадки.

Напад із застосуванням групового заслону показано на мал. 15. Нападаючі 5 і 6 займають діагональне розташування стосовно гравця 4, що володіє м'ячем. Як тільки гравці 5 і 6 зайняли позицію, гравець 4 передає м'яч гравцеві 6 і після відволікаючої дії спрямовується до м'яча. Під час переміщення він намагається обмежити захисні можливості суперника за рахунок наведення: з отриманням м'яча атакує кошик сам або у взаємодії з гравцями, що брали участь у груповому заслоні, зокрема, із гравцем 6.

4.Захист по всьому полю - пресинг

Успішна боротьба з зонним захистом може проводитися не тільки засобами нападу, але і засобами захисту. Відомо, що побудова позиційного зонного захисту вимагає своєчасного і швидкого повернення всіх гравців у свою зону. Звідси застосування захисту по всьому полю з елементами пресингу руйнує плановість і своєчасність організації зонного захисту, що в значній мірі знижує її ефективність. Це пояснюється тим, що нападаюча команда відразу ж після забитого або загубленого м'яча включається в активну боротьбу за його оволодіння, тобто в умовах, коли супротивник тільки починає організовувати атаку. Вже в цей період

руйнуються зв'язки між гравцями, що тисне на гравців фізично і психологічно. Крім того, застосування захисту по всьому полю збільшує можливості в проведенні швидкого прориву. А швидкість ведення змагального процесу є могутньою зброєю протизонного захисту.

Немаловажне значення крім того має той факт, що активні й агресивні форми захисту дозволяють команді опанувати ігровою ініціативою, тобто нав'язати суперникові свою волю.

Погодженість дій досягається освоєнням різних відповідних дій команди в умовах виникнення передбачених, прогнозованих ситуацій.

3. Структура атаки

Подальший прогрес у розвитку тактики гри залежить від удосконалювання організаційної і функціональної структури змагального процесу. Головною задачею удосконалення структури гри є перетворення що атакуючої й обороняючої діяльності баскетболістів у єдину дію. Від того, як цей зв'язок буде виявлятися в грі, залежить якість і ефективність застосовуваних засобів ведення гри, тобто її складових.

Однієї зі складових структури гри є структура атаки, у якій спростежується чітка послідовність проведення ігрових операцій, успішне здійснення яких забезпечують гарні умови для закидання м'яча у кошик, мал. 1.

3.1. Оволодіння м'ячем

Основна мета гри - якнайбільше закидати м'ячів у кошик супротивника. Задачі в захисті і нападі різні, але мета одна - закидати більшу кількість очок, ніж суперник. Це визначає перемогу. Захист вирішує дві задачі: оборону свого кошика й оволодіння м'ячем. Рішення задачі і є

початок атаки. Це дуже важлива частина нападу й у проведенні атаки зокрема. Більше володінь м'ячем - більше атак, більше можливостей закидати м'яч у кошик суперників. Команди повинні збільшувати кількість володінь м'ячем головним чином за рахунок добре організованих активних, агресивних дій у захисті. Це дозволить перехоплювати м'яч, успішно бороти за м'яч, що відскочив, змусить супротивника частіше помилятися. Такий активний характер дій гравців у захисті вплине на психологічний стан і на характер ведення гри в нападі.

Саме в реалізації задач оборони виявляється органічний зв'язок і взаємозв'язок захисту і нападу.

Приміром, підстрахування, груповий добір м'яча, перехоплювання м'яча - є вихідний початок атаки. Звідси компоненти захисту і треба розглядати як складові структури атаки.

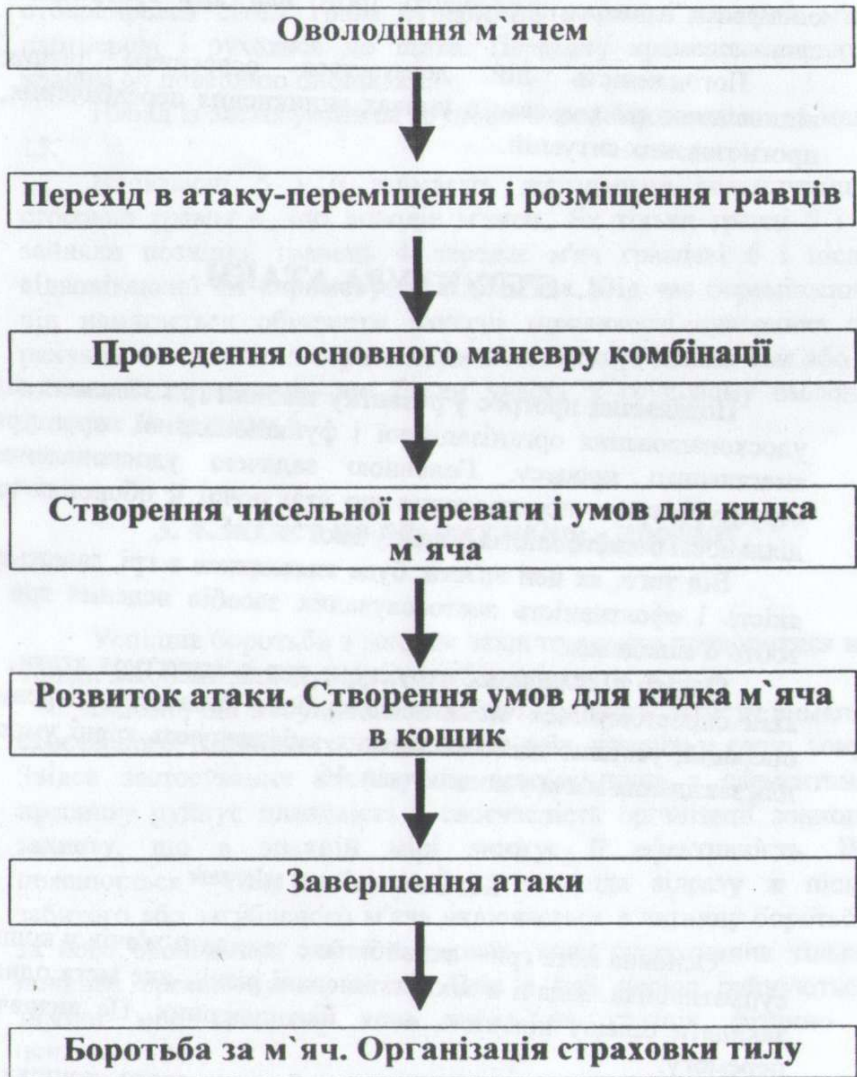
3.2. Перехід у напад

1.Переміщення.

Ситуації, у яких команда опановує м'ячем, різні, тому система початкових переміщень буде визначатися положенням гравця з м'ячем і обраною тактикою. Але поза залежністю від цього переміщуватись треба швидко, найкоротшим шляхом і цілеспрямовано.

Для цього тренери і гравці повинні керуватися наступним положенням : "швидкий прорив є початковим етапом нападу і тому його треба розглядати як обов'язкову умову миттєвого переходу від захисту до нападу". При цьому треба передбачити логічні переходи від невдалого швидкого прориву до інших способів атаки, використовуючи позитивні фактори першого: швидкість, високу маневреність, широкий фронт атаки і швидке досягнення чисельної переваги.

СТРУКТУРА АТАКИ ПРОТИ ЗОННОГО ЗАХИСТУ



Мал. 16.

Успіх початкових переміщень обумовлюється тактично доцільним застосуванням передачі або ведення м'яча. У тих випадках, коли гравець оволодів м'ячем, а партнери зуміли відірватися від своїх переслідувачів, треба негайно передати їм м'яч. В інших випадках - швидко переміститися, використовуючи ведення м'яча, і цією дією потягнути своїх партнерів для створення чисельної переваги.

При переміщеннях варто дотримуватись наступних правил:

1 Початкові переміщення гравців повинні здійснюватися широким фронтом уздовж бокових ліній. Це забезпечує гарні умови для передачі м'яча, тому що при переході супротивника в оборону, захисники, найчастіше, зосереджуються по подовжній середній осі майданчика і не можуть активно протидіяти передачі м'яча.

2 Переміщення одного гравця повинні викликати відповідні маневрені дії інших гравців і в першу чергу того з них, у чю сторону він рухається.

3 Ширше використовувати подовжні і діагональні переміщення, застосування яких сприяє створенню більш сприятливих умов для оволодіння м'ячем і атаки кошика.

4 Напрямок переміщень визначається конкретною ігровою ситуацією або визначені проведенням основного маневру тактичної комбінації.

5 Швидкість переміщень повинна досягати максимального значення в завершальній стадії атаки.

6 Передача м'яча повинна супроводжуватись зміною ігрової позиції переважно гравцем, що виконав передачу. При цьому він керується принципами переміщення застосовуваної тактичної комбінації або ігрових орієнтирів - рухатися до м'яча, від м'яча, до щита.

7 Якщо початкові переміщення команди засновані на веденні м'яча, гравець, що веде м'яч, повинний

дотримуватися одного напрямку. Це дозволить партнерам правильно зайняти позицію в атаці і прискорить їхнє просування до мети . Зміна напрямку руху варто вважати початком проведення основного маневру комбінації.

2. Розстановка команди.

Розстановка - це награні вихідні позиції, що займають гравці з урахуванням своїх функціональних обов'язків або відповідно до тактичного плану ведення гри: у позиційному нападі. Розстановка гравців є основною для проведення будь- яких тактичних комбінацій. Визначене розташування гравців не тільки організовує дії команди, а, головним чином, указує напрямом , зміст і характер початкових дій команди до дій, до яких потрібно удатися, щоб домогтися головного результату - закинути м'яч у кошик супротивника. Розстановка повинна розглядатися не як статична форма закріплення гравців на визначених місцях, а як гнучке, необхідне і звичне для всіх гравців розташування , що дозволяє швидко провести цілеспрямовані дії. Такі розташування гравців дозволяють щонайкраще використовувати індивідуальні можливості кожного гравця відповідно до тактичної необхідності.

Таким чином, в одному випадку розстановка може здійснюватись в залежності від виконуваних функцій гравців, а в іншому - по награних ігрових позиціях, необхідних для проведення тактичних комбінацій. Переважніше всього треба вважати другий варіант, коли гравці займають вихідні позиції динамічно, з ходу, незалежно від того, хто і яку роль виконує в команді. Головне при цьому, щоб гравці знали і вміли зіграти в будь-якій ігровій позиції, що дозволить команді діяти без зволікання.

Швидко розміщення гравців по награних позиціях відкриває широкий простір для ініціативи і творчості

гравців, тому що кожний з них знає, де розташовуються його партнери, який основний маневр комбінації буде проведений, з ким і як він повинний взаємодіяти, уміти прогнозувати ситуації й успішно їх використовувати.

Розміщення команди змінюється в залежності від тактичного задуму команди й у процесі проведення атаки. Міняється позиція одного гравця і вся розстановка здобуває

зовсім іншу побудову й у команди з'явиться новий задум. Важливо, щоб гравці знали і були готові застосувати вже відомі для них дії, адекватні ситуації, що виникла.

3.3.Проведення основного маневру тактичної комбінації

Тактика проведення основного маневру тактичної комбінації в нападі включає: початкову розстановку гравців і використання тактичних прийомів нападу: "передай і вийди", заслона, наведення, різних по напрямку і швидкості переміщень, гру через центр. Сигналом для проведення основного маневру комбінації може служити розстановка гравців, цілеспрямовані дії одного або групи гравців. Наприклад, напад за участю двох центральних нападаючих, мал. 12. їхнє місцезнаходження орієнтує всіх гравців на те, який з основних маневрів доцільно застосувати в даний момент,. Основний маневр комбінації здійснюється звичайно малими групами за участю двох , трьох гравців. На початку проведення основного маневру ініціатива повинна належати гравцям, що грають у позиції захисника і нападаючого. У фазі розвитку атаки велика можливість ініціативи надається центровим нападаючим.

В іншому випадку, сигналом до проведення основного маневру послужить організація групового заслону, при якому вихідні позиції двох, трьох гравців визначають місце тактичної зав'язки, мал. 15. У третьому, напрямок передачі і переміщення гравця на вільне місце

орієнтують гравців на створення чисельної переваги, мал. 8. Використання гравцем, що володіє м'ячем, прийомів єдиноборства варто також розглядати як проведення основного маневру комбінації.

З огляду на ту обставину, що супротивник не може зробити істотного впливу на проведення основного маневру, треба проводити його впевнено, швидко і чітко. Ефективність його проведення цілком залежить від майстерності і швидкості виконання, присутності відволікаючого маневру і забезпечення територіального простору. Підвищення активності відволікаючих дій (рухливість, маневреність, швидкість) приводить до зниження стійкості уваги захисників, що також сприяє підвищенню ефективності нападу .

4. 4.Створення чисельної переваги й умов для кидка м'яча в кошик

Як відомо, основною метою тактики нападу є використання тактичних засобів для створення сприятливих умов для кидка м'яча. Сприятливі умови характеризуються тим, що в результаті проведення комбінації гравці одержують можливість виконувати кидки м'яча в кошик без активної протидії суперника. Як правило, такі умови є результатом успішного проведення колективних дій або єдиноборств. Головною, кінцевою метою цих дій повинне бути створення чисельної переваги. У цифровому вираженні це означає, що в завершальній стадії атаки нападаючі повинні одержати кількісну перевагу - два нападаючих проти одного захисника (2:1). Своєрідною кількісною перевагою може бути така ситуація, коли нападаючий, використовуючи прийоми єдиноборства з м'ячем, випереджає своїми діями свого опікуна і відволікає іншого захисника. Тим самим він

створює гарні умови для кидка партнеру, захисник якого бере участь у підстрахуванні.

Сучасна тактика нападу вимагає більш широкого призначення тактичних комбінацій. Вони повинні бути спрямовані на створення сприятливих умов для виконання кидків м'яча в кошик для всіх гравців, а не тільки для одного.

Це зобов'язує всіх гравців, незалежно від виконання ними своїх функціональних обов'язків, активно брати участь у конструюванні і завершенні атаки, виявляючи постійну готовність виконати кидок при виникаючих для цього умовах.

4. 5. Розвиток атаки

Не завжди, навіть досить часто, проведення однієї, першої, тактичної комбінації в атаці гарантує створення сприятливих умов для кидка. У таких випадках ці дії повинні розглядатися як проведення початкової фази атаки, за якої повинна піти фаза розвитку. Її здійснення припускає проведення наступних комбінацій з логічними, швидкими переходами від однієї до іншої, зберігаючи і використовуючи досягнуті результати першої: широкий фронт атаки, висока маневреність, динамічна зміна ігрових позицій, труднощі, що виникають у взаємодіях гравців оборони та ін. Прискорення темпу проведення комбінації (не знижуючи надійність і ефективність) збільшує несправедливість у діях супротивника, що буде сприяти успіху атаки. Щоб усе це використовувати доцільно, треба діяти негайно. У цих випадках гравці повинні діяти від ситуації, що створилася, (ніякі жести пальцями тут неприйнятні) з урахуванням тієї ігрової позиції, у якій він виявився. Природно, що швидкість і ефективність його дій буде залежати від діапазону умінь зіграти в будь-якій позиції, незалежно від його функції в команді. Мова йде про універсалізацію гравців, як основну умову розвитку атаки. Це забезпечує звичні зв'язки між гравцями,

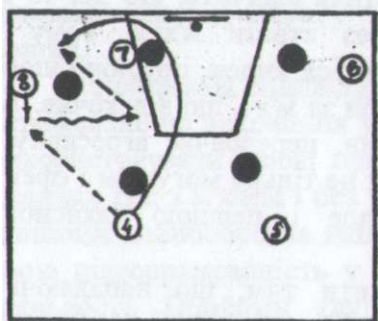
різноманітність тактику нападу, збільшує варіативність використання засобів нападу, розширює можливості у виборі напрямків атаки.

Добре освоєні взаємодії двох, трьох гравців у сполученні з умінням кожного з них грати в залежності від ігрової ситуації, що складається, дозволяє швидко і чітко змінювати тактику нападу, а також сприяти прояву новизни, несподіванки .

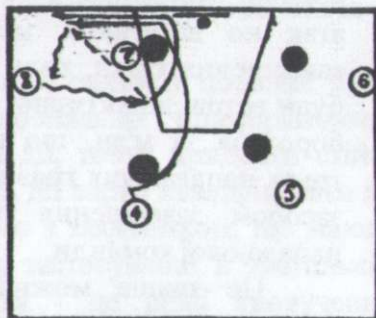
Таким чином, усі способи нападу проти зонного захисту, та й не тільки зонного, застосовуються комплексно, у різних сполученнях. Кожен невдало застосований спосіб має у своїй кінцевій фазі логічний початок для подальших дій.

Розглянемо механізм розвитку атаки на прикладі продемонстрованих комбінацій у даному посібнику .

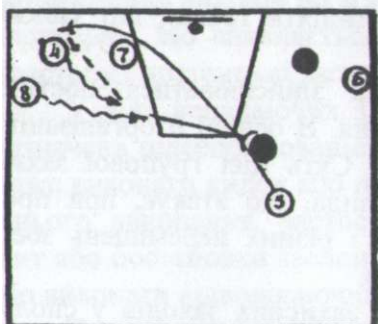
Отже, команда на початку атаки застосовує комбінацію, побудовану на використанні наведення на центрального гравця, мал. 17а. Гравець 4 після передачі м'яча гравцеві 8, намагається круговим переміщенням, навівши свого опікуна на групу гравців, створити на стороні розташування центрального нападаючого кількісну перевагу, і після прийому м'яча одержати можливість атакувати кошик, але з ряду причин ця мета не була досягнута. Тоді атака може розвиватися в такий спосіб: гравець 8 негайно повторює той же основний маневр попередньої комбінації, а гравець 4, використовуючи ведення м'яча, захоплює за собою супротивника, і тим самим допомагає гравцеві 8 організувати атаку, рис 17б. Розвиток атаки може піти по іншому шляху , мал. 17в. Гравець 8 після передачі м'яча гравцеві 4 застосовує заслін, щоб звільнити партнерів, гравців 5 і 6, від опіки.



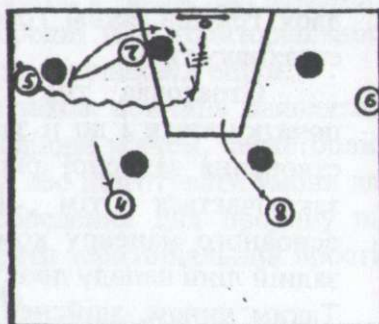
Мал. 17а.



Мал. 17б.



Мал. 17в.



Мал. 17г.

В усіх випадках проведення комбінацій мається можливість розвивати атаку у взаємодії з центральним нападаючим, треба тільки більше застосовувати активні пропозиції з будь-якої сторони , як центрові, так і гравцеві з ним взаємодіючому . Головним тактичним засобом таких комбінацій є заслін, що виконує центр для гравця, що володіє м'ячем. На основі цього прийому і здійснюються типові комбінації за участю цих двох гравців, мал. 17г.

4. 6. Завершення атаки і захисні заходи

Було б ідеально, якби кожна атака завершувалася взяттям кошика суперника. Але статистика свідчить, що

від 15 до 20% атак не досягають мети через втрати м'яча. Тому у фазі завершення атаки, коли виконується кидок, потрібно щоб гравці були готові до активної боротьби за м'яч, що відскочив. Активна боротьба за м'яч, що відскочив, передбачає агресивну участь трьох нападаючих гравців, що є не тільки могутнім і ефективним засобом завершення атаки, але і першою захисною дією нападаючої команди.

Це явище можна пояснити тим, що нападаючі гравці змушують суперника протиставити проти них, як мінімум, таку ж кількість захисників. У такому випадку на передньому рубежі атаки, якщо захист оволодіє м'ячем, будуть знаходитися не більш двох гравців, яким готові протидіяти гравці, що забезпечують страховку тилу.

Страховка тилу повинна здійснюватися постійно, від початку атаки і до її завершення. В основі її організації лежить створення захисної рівноваги. Суть цієї групової захисної дії заключається в тім, що команда, що атакує, при проведенні основного маневру комбінації і різних переміщень зберігає на задній лінії нападу двох гравців. Таким чином, здійснення цих захисних заходів у сполученні з протидією першій передачі дозволяє нападаючій команді планомірно і вчасно переходити до оборони і тим самим позбавляти супротивника можливості атакувати швидкимпроривом.

5. Висновок

Вибір відповідних тактичних засобів нападу проти зонного захисту визначається здатністю тренера розкрити спонукальні причини, що змушують тренера команди супротивника застосувати зонний захист. Ефективність застосовуваних тактичних засобів залежить від виконавської майстерності гравців, особливо від їхнього

уміння точно виконувати кидки в кошик. Тому головною, відправною задачею підготовки баскетболістів повинне стати удосконалення гравців у точності виконання кидка м'яча в кошик.

Підвищення індивідуальної майстерності повинне бути спрямоване на виховання умінь раціонально і цілеспрямовано використовувати ігрові прийоми і дії, тобто придбати стійкі навички гри з м'ячем і без м'яча. Ці дії варто кваліфікувати як прийоми єдиноборства нападаючого з захисником, що мають свою цілеспрямованість у їхньому застосуванні в змагальній діяльності. Прийоми єдиноборства - це різні сполучення ігрових дій, що використовує гравець для рішення конкретних задач. У грі без м'яча гравець використовує їх для забезпечення виходів до м'яча, до щита, а також для допомоги партнерам, що виявляється в створенні ним територіального простору і постановці заслону для звільнення від опіки.

У діях нападаючих з м'ячем також повинна виявлятися визначена цілеспрямованість. Володіючи м'ячем, баскетболіст може виконати кидок або передачу, або підготувати умови для їхнього виконання, застосувати обведення для прориву під щит або постановки заслону, створити територіальний простір або виконати відволікаючий маневр.

Постановку заслону з використанням обведення варто вважати самим ефективним засобом атаки.

Основною і єдиною підготовчою дією команди в нападі повинна стати розстановка гравців. Наступні дії варто розглядати як дії, спрямовані безпосередньо на проведення тактичної зав'язки. Це дозволить правильно використовувати часовий фактор (24с), по-перше, команда буде мати можливість провести не одну комбінацію, а

декілька, по-друге, представитись можливості для всіх гравців виконати кидок м'яча в кошик.

Варто також домогтися того, щоб тактична зав'язка - проведення основного маневру комбінації, здійснювалася без зволікання, з ходу. Для цього треба розвивати у гравців активність, ініціативу в здійсненні пропозицій до взаємодії.

Ефективність застосовуваних комбінацій забезпечується при дотриманні трьох умов: по-перше, гравці повинні в досконалості володіти прийомами єдиноборства, основу яких складає висока результативність кидків; по-друге, виробити адекватний підхід в оцінці ігрових ситуацій, для чого необхідно тривалий час для тренування й участі в складі однієї команди (досягнення зіграності); по-третє, забезпечити психологічну стійкість до внутрішніх і зовнішніх перешкод (наприклад, гра на своєму і чужому полі, вплив результату гри на результат подальшого виступу у змаганнях). Виграш єдиноборства залежить від трьох основних факторів:

- вибору напрямку дій і партнера з урахуванням його ігрової позиції і функції;

- вибору оптимального для даної ситуації способу рішення рухової задачі;

- розрахунку тимчасово-просторових параметрів його реалізації.

При цьому дуже важливо, щоб баскетболіст враховував не тільки виниклі умови, але і вмів передбачати варіанти подальшої діяльності у випадку раптової зміни ситуації. Не слід забувати, що підвищення ефективності групової і командної тактики залежить від ефективності індивідуальних дій. У цьому головний резерв у підвищенні ефективності гри .

Література

1. Поплавський Л. Ю. Баскетбол / Л. Ю. Поплавський. — К. : Олімпійська література, 2004.— 460 с.
2. Леонов А. Д. Методические рекомендации по организации, тактике и методике тренировки позиционного нападения в игре баскетбол / А. Д. Леонов, З. А. Хромаев. —К. : УГУФВС, 1995. — 56с.
3. Леонов А. Д. Баскетбол / А. Д. Леонов, А. А. Малий. — К. : Радянська школа, 1989. — 180 с.
4. Вальтин А. И. Проблемы современного баскетбола / А. И. Вальтин. — К., 2003. — 110 с.

Навчальне видання

ТАКТИЧНІ ДІЇ ГРАВЦІВ У НАПАДІ ПРОТИ ЗОННОГО ЗАХИСТУ В БАСКЕТБОЛІ

Методичні рекомендації

Укладачі:

**Гладир Ольга Євдокимівна
Петренко Наталія Валеріївна**

Формат 60x84 1/16. Ум.друк.арк. ____
Тираж 30 прим. Зам.№ ____

Надруковано у видавничому відділі
Миколаївського національного аграрного університету
54020, м.Миколаїв, вул.Паризької Комуни, 9

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК №4490 від 20.02.2013р

