

Приоритетные направления современной науки и образования:  
актуальные вопросы и достижения

УДК 796.323.2

**Шаган Виктория Павловна,**

старший преподаватель,  
ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»,  
г. Казань;

**Попова Мария Борисовна,**

тренер,  
ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»,  
г. Казань;

**Серебренникова Николетта Александровна,**

старший преподаватель,  
ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»,  
г. Казань

**ОСОБЕННОСТИ ВЫБОРА ТАКТИКИ ЗАЩИТЫ В БАСКЕТБОЛЕ  
(НА ПРИМЕРЕ ЖЕНСКОЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ)**

**Аннотация.** В данной работе представлен анализ командных защитных действий в баскетболе, определены основные особенности современных систем защиты, рассмотрены различные варианты организации защитных действий и требования к защитникам, а также предложены варианты защитных действий для студенческой команды.

**Ключевые слова:** баскетбол, тактика защиты, тактика нападения, тактическая подготовка.

**Актуальность исследования.** Игровая деятельность в баскетболе представляет собой неотъемлемую часть спортивной подготовки, в которой реализуются технико-тактические, физические и психические возможности спортсменов в рамках правил игры. Баскетбол как вид спорта, характеризуется динамичностью, быстрой сменой игровых ситуаций, чередованием оборонительных и наступательных фаз игры, быстрой сменой и многообразием технико-тактических действий. Ограниченное время атаки (24 секунды) обуславливает разнообразие способов нападения, вариативность сочетания индивиду-

## Приоритетные направления современной науки и образования: актуальные вопросы и достижения

альных и групповых тактических взаимодействий, определяющих соответственно и выбор ответных действий в обороне.

Тренировка девушек-баскетболисток напрямую сопряжена с решением вопросов, связанных непосредственно с углубленной специализацией, что требует от них всесторонней подготовленности. При организации защитных действий требуется высокая степень концентрации внимания, для того чтобы мобилизовать перцептивные способности (умение предугадывать движение) игроков. Не маловажным фактором успешной защиты выступает согласованность действий всех пятерых баскетболистов на площадке, помощь и взаимоподстраховка. Все это вместе позволяет команде эффективно действовать в защите, создавая тем самым предпосылки для атаки/

Освоенные командные защитные действия отличает не пассивные ответные действия атакующих, а активное упреждающее использование контрдействий с постоянным «давлением» на мяч и готовностью к скорому переходу в контратаку. Особенно актуален данный вопрос для студенческих команд, состав и уровень подготовки которых неоднороден. Таким образом, Выбор и совершенствование различных вариантов защиты в зависимости от особенностей тактики нападения женских студенческих команд, является актуальным [2, С. 34-40].

**Цель исследования.** Теоретически обосновать и предложить варианты защиты женской баскетбольной команде в зависимости от особенностей тактики нападения конкретного соперника.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Эффективность защитных действий в баскетболе, как определенного игрока, так и команды в целом, определяется сочетанием различных факторов. Главная цель защиты – предотвратить противнику совершать броски в корзину. При этом необходимо отобрать мяч у противоборствующей команды, разрушить взаимодействия между нападающими и максимально осложнить выполнение бросков. Чем выше активность и согласованность действий защищающейся команды, тем больше ее возможности для овладения мячом и перехода в атаку.

Изучение только тактических действий (индивидуальных, групповых и командных) не достаточно для достижения высоких результатов в игре. В процессе обучения можно

## Приоритетные направления современной науки и образования: актуальные вопросы и достижения

выделить ряд факторов предопределяющих успех тактических действий спортсмена в игре [5, С. 40-48]: 1) высокий уровень развития специальных качеств – быстроты сложных реакций, быстроты отведенных действий, ориентировки сообразительности; 2) высокая степень надежности арсенала технических приемов; 3) высокий уровень овладения навыком.

Основные задачи тактической подготовки: 1) создать предпосылки для успешного обучения тактики игры; 2) формировать тактические умения в процессе обучения приемам игры; 3) обеспечить высокую степень надежности приемов игры при тактических действиях; 4) овладения индивидуальными, групповыми, командными тактическими действиями в нападении и защите; 5) совершенствование тактических умений; 6) формировать умение и эффективно использовать технику и тактику в зависимости от условий; 7) изучать команды соперника; 8) изучать передовую тактику ведущих команд.

В современном баскетболе для достижения победы недостаточно только результативно атаковать кольцо. Важно также надежно защитить свою корзину, своевременно подавлять атакующую инициативу противников, разрушать их привычные взаимосвязи и тем самым диктовать свои условия ведения борьбы [1, с. 215].

В соответствии с классификацией тактики игры в баскетболе выделяют три основных группы тактических действий: индивидуальные, групповые и командные. Две первые группы подчиняются логике третьей, которая в свою очередь подразделяется на концентрированную и рассредоточенную защиту. В рамках этих видов защиты выделяются различные системы игры в защите: личная, зонная и смешанная [3, с. 336].

Личная система защиты предполагает, что каждый игрок команды опекает и противодействует против конкретного игрока команды соперника и строится в основном на индивидуальных тактических действиях игроков защиты против игроков нападения (с мячом и без мяча) [5, С. 40-48].

Принципы зонной защиты, в которой каждый игрок защиты отвечает за подопечного на определенном участке площадки на подступах к своему щиту и мешает в нем всем действиям нападающего. Кроме того, если необходимо он должен помочь партнеру в соседней зоне. Существует несколько вариантов зонной защиты, однако каждая из зон-

## Приоритетные направления современной науки и образования: актуальные вопросы и достижения

ных защит должна легко перестраиваться в зависимости от нападения – растягиваться при атаках с дальних дистанций и группироваться вокруг кольца [3, с. 336].

Смешанная система защиты сочетает в себе личную и зонную систему защиты. Она позволяет опекать лидера команды, так как позволяет играть с ним за получение мяча, пока другие игроки выстраивают зонную защиту. Положительным моментом является то, что к ней не готов соперник, и она соединяет лучшие стороны индивидуальной и зонной систем защиты [3, с. 336].

В настоящее время в баскетболе частая смена систем защиты стала распространенным явлением. Постоянная смена системы защиты в различных фазах игры: при вбрасывании мяча из-за боковой линии, после спорного или штрафного броска, в начале и в конце игровой четверти, требует от команды умения быстро перестраиваться от одного варианта защиты к другому и может проходить, как по команде тренера, так и по команде разыгрывающего игрока [4, с. 12].

Для обеспечения успеха в соревнованиях тренер должен учитывать большое количество факторов, влияющих на результат. Одним из ключей к успеху, по мнению Филиповски С., является изучение команд соперниц и подготовка к встрече с ними [5, С. 40-48]. Для этого тренер должен уметь использовать данные статистики и видеозаписи.

В процессе изучения команды-соперницы выделяется несколько этапов: изучение состава команды и личных данных (рост, амплуа, опыт, статистика); статистические показатели команды в текущем сезоне; анализ видеозаписей с матчей команд соперниц (стиль игры, системы нападения, защиты, анализ по фазам в отдельных ситуациях, с различными соперниками, особенно с командами сходными по структуре игры).

Структурный анализ игры команды в нападении включает в себя: 1) индивидуальные тактические действия: дриблинг, подбор на чужом щите; 2) групповые тактические действия: открывания, входы, заслоны, треугольник, перегрузка; 3) командные тактические действия: быстрые переходы в атаку (контратаки, раннее нападение), позиционное (без центрального, с одним, двумя центрами), против прессинга, против зоны, против комбинированной защиты, в особых ситуациях (при штрафных, вбрасываниях).

## Приоритетные направления современной науки и образования: актуальные вопросы и достижения

Функциональный анализ игры позволяет оценить скорость ведения игры, физические возможности команды и отдельных игроков переход; сильные и слабые стороны соперников, выявить лидера и его роль в организации атаки и т.д.

Показатели статистики матчей, а также анализ характера атакующих действий команды могут служить определенным ориентиром в подготовке баскетбольной команды. Учитывая современные тенденции в развитии тактического рисунка в баскетболе, особенности женских команд, участвующих в соревнованиях, подбираются различные варианты защиты в зависимости от особенностей тактики нападения команд-соперниц женской сборной.

**Выводы.** Проведенный анализ научно-методической литературы позволил нам определить основные особенности современных систем защиты, рассмотреть различные варианты организации защитных действий, требования, к защитникам. Мнение большинства специалистов в баскетболе сходится на том, что защита является одним из наиболее прочных и мало изменяющихся элементов игры. От надежности организации защитных действий во многом зависит успех игры в нападении, поэтому изучения различных аспектов защиты является актуальным.

Игроки защиты должны уметь не только быстро и безошибочно выполнять прием тактики, но и помогать друг другу, даже если действуют в рамках личной системы защиты. Результативная командная защита требует от команд постоянного совершенствования и использования положительных навыков взаимосвязи игроков: словесных и не словесных, умения разговаривать и слышать партнеров.

Обязательная цель любой защиты должна заключается в том, чтобы заставить команду соперника делать то, что она не хочет делать. Уверенность и успешность нападения разрушаются грамотной, слаженной и агрессивной защитой.

### **Список литературы.**

1. Гомельский, А.Я. Библия баскетбола. 1000 баскетбольных упражнений / А. Я. Гомельский. – Москва : Издательский дом, 1994. – 215 с. – Текст : непосредственный.

**Приоритетные направления современной науки и образования:  
актуальные вопросы и достижения**

2. Сагадин З. Защита – это константа / З. Сагадин // Баскетбол : научно-методический вестник. Выпуск 19 /Сост. Б.Е. Лосин, Е.Р. Яхонтов : Редкол.: С.Н. Елевич и др. – Санкт-Петербург : Олимп, 2015. – С. 34-40. – Текст : непосредственный.
3. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Д.И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – Москва : Издательский центр «Академия», 2008. – 336 с. – Текст : непосредственный.
4. Тамбов, В. Г. Основы защиты: методическое пособие / В. Г. Тамбов, Д. М. Шuvaгин. – Казань, 1997. – 12 с. – Текст : непосредственный.
5. Филиповски, С. Изучение команд-соперниц и подготовка к матчу / С. Филиповски // Баскетбол : научно-методический вестник. Выпуск 19/Сост. Б.Е. Лосин, Е.Р. Яхонтов : Редкол.: С.Н. Елевич и др. – Санкт-Петербург : Олимп, 2015. – С. 40-48. – Текст : непосредственный.