

Презентация к уроку



Обучение защитным действиям в баскетболе

Автор: Боева Ольга Александровна
Педагог дополнительного обучения
ГБОУ школа № 403



ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАЩИТНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

Правильное принятие решения **каждым** игроком и осуществление его обеспечивают успешность действий команды. Любая ошибка защитника всегда влечет за собой либо изменение счета в пользу противника, либо дезорганизацию действий в защите.

Успешность действий в защите в значительной мере зависит не только от технического мастерства, но и от уверенной и волевой игры.

Основными задачами индивидуальных действий в защите являются следующие:

**Не дать подопечному свободно
получить мяч**

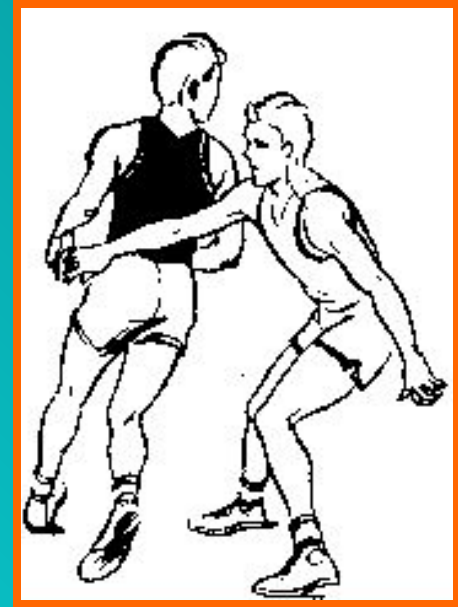
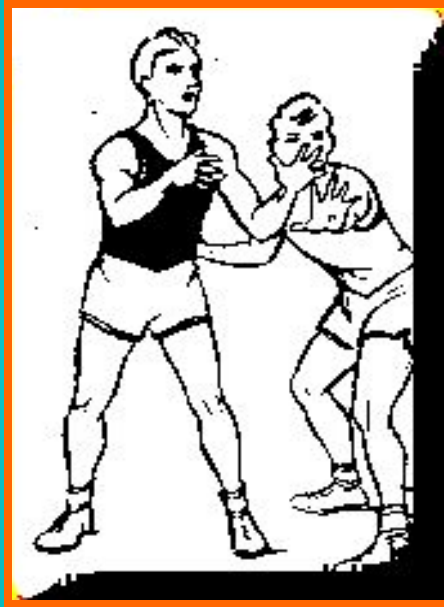
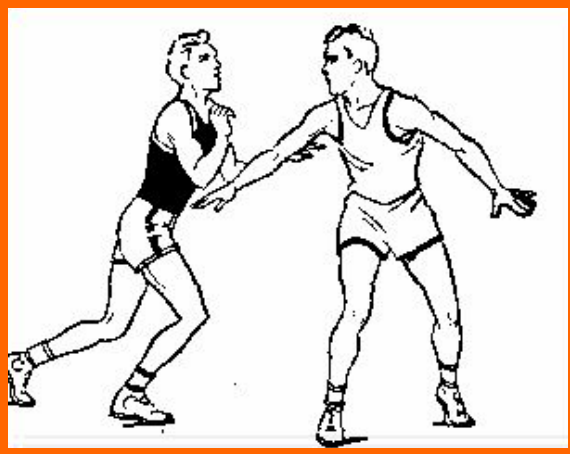
**Если подопечный получил мяч, немедленно «связать» его
действия, чтобы воспрепятствовать проведению
организованного нападения**

**Принять меры к тому, чтобы отобрать мяч, усложнить
применение приема, снизить его точность и надежность**

**Всеми возможными средствами оказывать противодействие
активным атакующим действиям нападающего, препятствуя
точному броску в корзину**

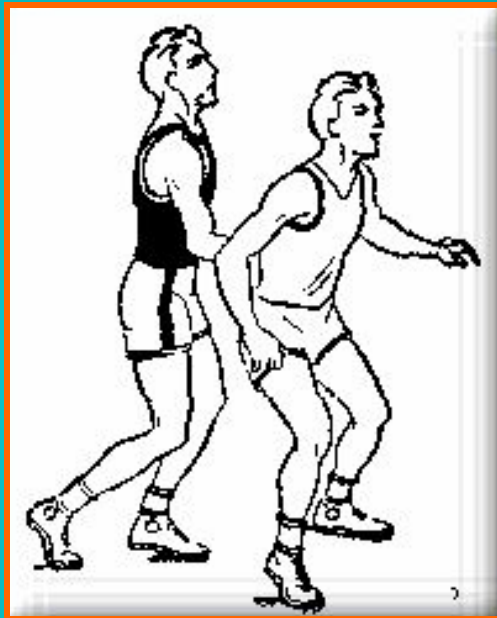
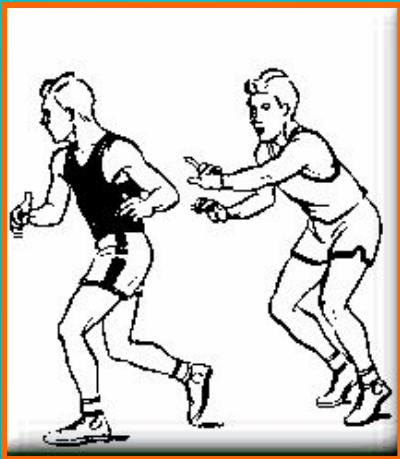
Чтобы осуществить решение этих задач, **надо правильно опека**ть противника, т. е. выбрать такое место своего расположения и применять такие действия, которые позволят бороться за овладение мячом, мешать противнику наблюдать за обстановкой и предупреждать его наиболее эффективные действия





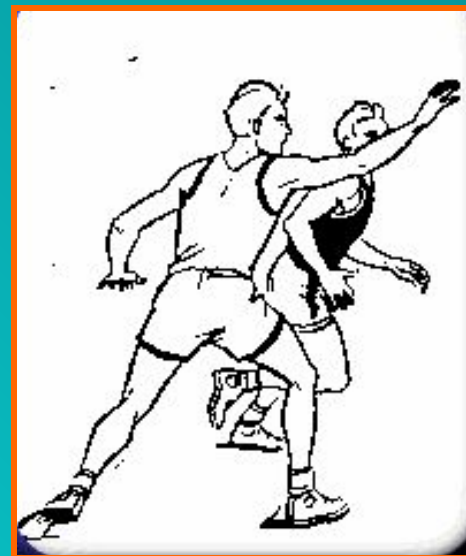
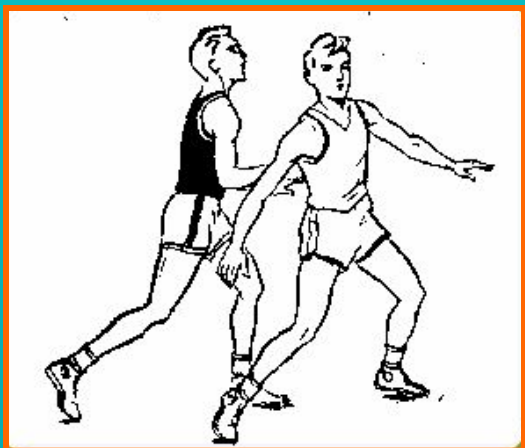
Держать игрока

Это значит опекать его, пока мячом владеет другая команда. Надо постоянно находиться в непосредственной близости от подопечного и сопровождать его в пределах зоны, опасной для атаки



Выбор позиции

Это решающий фактор успешных действий защитника. Позиция в защите должна позволять постоянное ведение наблюдения за подопечным, мячом и расположением других игроков. Обеспечивать ликвидацию возможности прохода нападающего к щиту кратчайшим путем, а в случае неудачи обеспечить возможность быстро отступить назад и вновь занять выгодную позицию.



Опека игрока без мяча

Основное внимание защитника должно быть направлено на то, чтобы подопечный не мог выйти на удобную позицию для взаимодействий и не получил мяча. В случае если мяч направлен подопечному, надо его перехватить.

Держать игрока можно двумя способами:
«на игрока» и «на мяч»


«на игрока»

Держание «на игрока» заключается в том, что защитник начинает бороться с противником только после того, как тот получит мяч. Защитник оказывает противодействие приемам, которые пытается проводить нападающий

«на мяч»

При держание «на мяч» защитник вступает в борьбу до получения мяча подопечным. Располагаясь несколько сбоку или впереди противника, защитник не дает ему возможности получить мяч.

Действуя в защите, надо постоянно помнить, что игрок без мяча имеет больше возможностей для маневра и именно этим он очень опасен.



Применяя против него приемы держания, надо стремиться к тому, чтобы остановить его передвижения в опасную зону или направить в глубь площадки, или к боковым линиям.

Сила игры защитника, его стойкость определяются в первую очередь умением нейтрализовать соперника



1

Нужно так опекать соперника, чтобы тот получил самую минимальную возможность для атаки корзины.

2

Умение прийти в нужный момент на помощь товарищу, оказавшемуся в затруднительном положении.

3

Активно действовать в борьбе под своим щитом за мяч, отскочивший от кольца.

Несколько советов по игре в защите

Чтобы успешно действовать в обороне, нужно развить периферическое зрение, чтобы наблюдать одновременно и за соперником и за мячом

Не нужно бегать по пятам за соперником.
Старайтесь находиться немного сбоку от него, со стороны своего щита

Передвигаясь, не скрещивайте ноги,
пусть одна нога всегда остается впереди другой

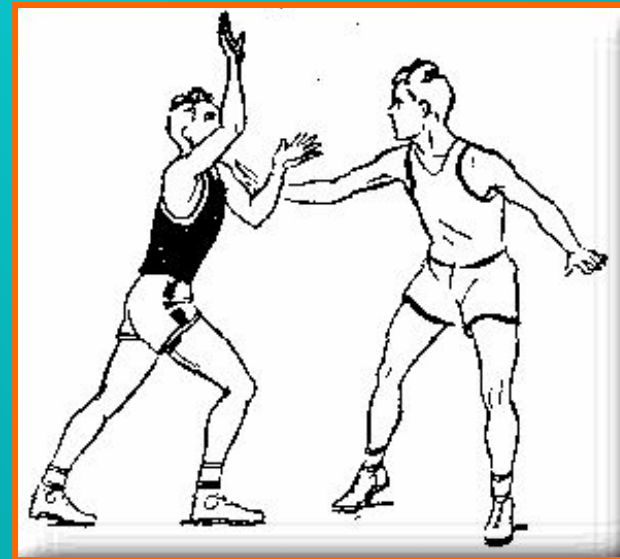
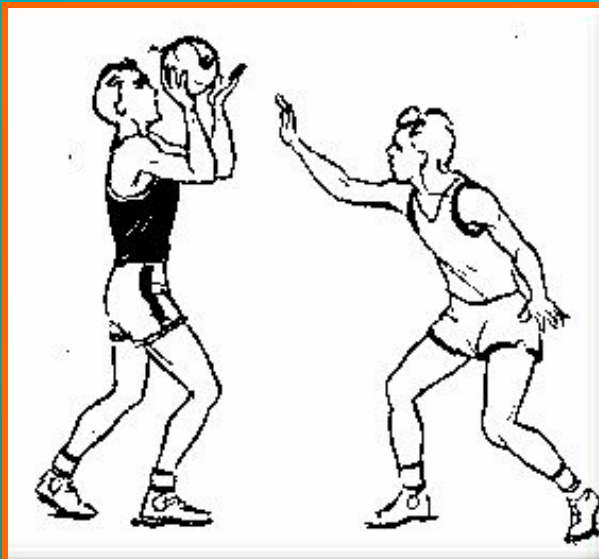
Не давайте сопернику проникать к корзине после броска,
становитесь на его пути, а потом сами стремитесь овладеть мячом при отскоке от щита

Отнимайте мяч не тогда, когда соперник получил его, а во время передачи.

Стремитесь затруднить сопернику прием передачи

ПОМНИТЕ

успех обороны на три четверти зависит *от* желания защитников сыграть удачно. Если прикладывать все усилия, то можно сдержать даже очень сильного нападающего



Литература:



Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол – Минск: Польшня , 1986.



Кудряшов В.А., Мирошникова Р.В. Технические приемы игры в баскетбол. – Волгоград, 1984



Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений. Москва, «Академия», 2007.