

# ВЕДЕНИЕ МЯЧА



# ВЕДЕНИЕ МЯЧА В БАСКЕТБОЛЕ (ДРИБЛИНГ)

**Ведение мяча (дриблинг)** – способ перемещения **баскетбольного мяча** по площадке после передачи. **Ведение мяча** — технический прием, пользуясь которым каждый игрок самостоятельно может двигаться с **мячом** по площадке на неограниченное расстояние. **Ведение мяча в баскетболе** заключается в перемещении игрока с **мячом** по площадке и одновременным совершением попеременных отскоков **мяча** от пола при помощи одной руки.



# ВЕДЕНИЕ МЯЧА



С ВЫСОКИМ ОТСКОКОМ

С НИЗКИМ ОТСКОКОМ



со зрительным контролем/без зрительного контроля



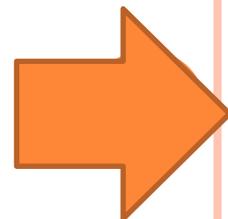
# ВЕДЕНИЕ МЯЧА БЫВАЕТ:

- Ведение на месте;
- Ведение шагом, бегом по прямой, по кругу;
- Ведение с изменением направления;
- Ведение с изменением высоты отскока мяча, направления и скорости;
- Ведение мяча при сближении с соперником (препятствием).



# ПРАВИЛА ВЕДЕНИЯ МЯЧА В БАСКЕТБОЛЕ

- ❑ Бить мяч о пол можно только одной рукой. Удар двумя руками называется двойным ведением и влечет за собой штрафные санкции.
- ❑ Взяв мяч в руки после ведения, можно сделать только два действия: отдать пас товарищу или бросить мяч в кольцо. Перед этим разрешается двигаться вокруг своей оси, не отрывая одну ногу (опорная нога) с целью поиска товарища, занявшего выгодное положение. Также разрешается сделать с мячом два шага, после которых обязательно должен проследовать бросок в корзину или пас. В противном случае игрок получает штраф за пробежку.



- ❑ Передавать мяч с одной руки в другую, не ударяя его о пол, запрещено.
- ❑ Подпрыгнуть с мячом в руках можно только в том случае, если вы приземлитесь без мяча.
- ❑ Взяв мяч в руки после паса или отобрав его у противника, можно начать ведение или сделать бросок. Вращаться на опорной ноге после получения мяча разрешается в обоих случаях, а сделать два шага с мячом только во втором.

