

НОВИЦКИЙ Дмитрий Эдуардович

Республиканский центр олимпийской подготовки по игровым видам спорта
«Дворец спорта»,
Минск, Республика Беларусь

НОВИЦКАЯ Виктория Ивановна, канд. пед. наук

Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь

ОБУЧЕНИЕ ТАКТИКЕ ПОЗИЦИОННОГО НАПАДЕНИЯ В СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД НЕПРОФИЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

В статье представлены варианты позиционных взаимодействий в нападении, которые могут применяться в тактической подготовке баскетболистов студенческих команд. Приведены разработки тактических схем, успешно апробированных против некоторых видов защиты в студенческом баскетболе.

Ключевые слова: баскетбол; игра в позиционном нападении; тактическая подготовка; командные взаимодействия.

POSITIONAL ATTACK TACTICS IN THE SPORTS TRAINING OF BASKETBALL PLAYERS OF NON-SPECIALIZED UNIVERSITY TEAMS

Various positional attack interactions that can be used in the tactical training of basketball players of university teams are presented in the article. Tactical schemes that have been successfully tested against certain types of defense in college basketball are outlined.

Keywords: basketball; positional attack; tactical training; team interactions.

Введение. Активная жизнедеятельность студента немыслима без желания овладеть мастерством в выбранном профессиональном направлении. Такое же стремление студенты проявляют и в избранных видах спорта: ставят перед собой задачи превзойти своего партнера, конкурента или соперника, улучшая свои собственные навыки и достижения в данных направлениях. Такое стремление к самосовершенствованию может реализовываться ими самостоятельно, либо при помощи преподавателя или тренера по избранному виду спорта. Помощь со стороны тренера-преподавателя способствует повышению интереса у студента к избранному виду спорта, особенно если спортсмен принимает участие в соревновательной деятельности. Также это мотивирует к самостоятельной работе, совершенствованию навыков, которые будут использоваться в интересах команды и самого спортсмена.

В баскетбольных командах непрофильных УВО, как правило, игроки не имеют явных преимуществ друг перед другом в технической, тактической и физической подготовленности. При относительном равенстве этих компонентов спортивной подготовки основным направлением поиска потенциала командной игры тренеры считают тактическую подготовку. Поэтому основные «ноу-хай» в подготовке команды и «сюрпризы» для соперников находятся в сфере тактики [1–7].

Формируя у игроков тактические навыки при обучении взаимодействиям, тренеру необходимо учитывать следующие характеристики спортсменов:

1. Исходный уровень подготовленности и индивидуальные особенности игроков (являются основанием для выбора тактических приемов).

2. Недостатки физической, технико-тактической, психологической под-

готовленности игроков, которые могут повлиять на эффективность дальнейшего освоения или реализации тактической концепции тренера.

В современном студенческом баскетболе предлагается огромный арсенал средств и форм организации учебно-тренировочного процесса и ведения игры. Успех команды во многом зависит от умелого использования тренером этого арсенала и его тактической грамотности. Тренеру необходимо наладить и организовать движение каждого игрока, чтобы команда действовала как отлаженный механизм. Но в то же время необходимо использовать лучшие индивидуальные качества каждого игрока. Развивать у них грамотную и своевременную импровизацию. Ведь заученное механическое выполнение комбинационных взаимодействий приводит к тому, что соперники быстро разгадывают предсказуемые действия и слабые стороны нападающей команды. С другой стороны – отсутствие игровой дисциплины, неорганизованная, стихийная и неуправляемая игра в нападении приводит к отсутствию коллективных грамотных, а главное, результативных взаимодействий. Тренеру становится очень тяжело управлять командой. Вот тогда и должно проявиться тренерское умение сочетать организацию командных взаимодействий с индивидуальной импровизацией игроков. Дать возможность игрокам проявить себя в полной мере на базе освоенных комбинационных взаимодействий.

В работе Боба Коузи и Фрэнка Пауэра тренеры, которые пришли в новую команду и еще не знакомы с игроками, во время предсезонной подготовки особое значение придают изучению способностей игроков и на основании этого разрабатывает соответствующую систему нападения. Таким образом, успех выбранной тактики в большей мере зависит от состава команды, чем от тренера. Например, если тренер располагает «медленными» игроками, то

неэффективно применять быстрый прорыв или раннее нападение. Если в команде высокорослые игроки, с недостаточно сформированной двигательной координацией, – вряд ли возможно эффективно использовать в нападении применение четырех или пяти игроков на периметре 3-очковой дуги.

Предлагая игрокам те или иные комбинации, тренеру необходимо настроить игроков на то, чтобы они поверили в выбранную систему позиционного нападения и объяснить им, что для успешного завершения атаки при позиционном нападении необходимо атаковать кольцо из оптимальной позиции (не обязательно с близкой дистанции) в правильно подобранный момент времени. Комбинационные взаимодействия также могут быть творчески созданы и реализованы самими игроками на основе типовых взаимодействий и накопленного соревновательного опыта.

Обучение тактике позиционного нападения баскетболистов студенческих команд непрофильных УВО должно включать следующие направления: обучение игре против личной и зонной систем защиты, против личного и зонного прессинга, смешанной защиты. Также необходимо освоить комбинационные взаимодействия при «нестандартных ситуациях»:

1. Реализация атак при вбрасывании из-за боковой и лицевой линии.
2. Подбор мяча в нападении при умышленном промахе штрафного броска.

Как правило, такие атаки проводятся после минутного перерыва, во время которого тренер предлагает не новую комбинацию, а хорошо разученную на тренировках.

Комбинационные взаимодействия в нападении против личной, зонной защиты, а также при вбрасывании из-за боковой и лицевой линий на половине соперника

Применение качественных заслонов игроку с мячом или без мяча обуславливает успешную реализацию атаки. Пред-

лагаем некоторые взаимодействия против личной защиты:

1. «Тройка». В данной комбинации (рисунок 1) тренер уделяет внимание заслонам, которые выполняет центровой игрок при взаимодействии с игроками, не владеющими мячом: с легким форвардом и разыгрывающим. Происходят неравноценные размены и выход легкого форварда под кольцо. Если легкий форвард (игрок № 3) не получил передачу от второго номера, следует продолжение атаки. Тяжелый форвард (№ 4) ставит заслон третьему номеру для его выхода на 3-очковую линию. Сам четвертый номер открывается под кольцом. Тем временем центровой игрок ставит заслон разыгрывающему. В случае, если игрок с мячом (№ 2) не выполнил передачу игрокам (№ 3, № 4 или № 1), центровой взаимодействует со вторым но-

мером, ставя ему заслон для атаки. В данной схеме задействованы все пять игроков нападающей команды, каждый из которых представляет угрозу сопернику в случае получения мяча. Высокоскорые игроки (№ 4 и № 5) должны владеть стабильным броском с близкой и средней дистанции, а игроки разыгрывающий (№ 1) и легкий форвард (№ 3) – дальним.

2. «Элеватор». Такое взаимодействие (рисунок 2) применяется при наличии в команде снайпера, способного успешно реализовывать дальние 3-очковые броски. Здесь также взаимодействуют игроки без мяча (№ 4 и № 2), где тяжелый форвард (№ 4) ставит заслон атакующему защитнику (№ 2) для получения мяча под кольцом. Если передачу под кольцо выполнить не удалось, атакующий защитник продолжает движение к игрокам (№ 3 и № 5), ко-

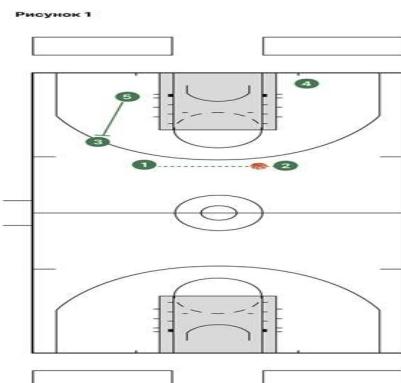


Рисунок 1 – Комбинация «Тройка»

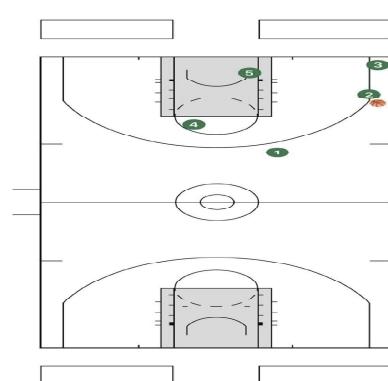
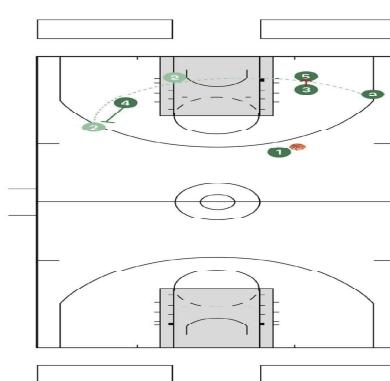
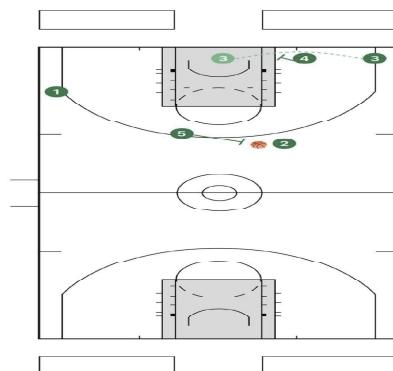


Рисунок 2 – Комбинация «Элеватор»

торые «отсекают» соперника, опекающего № 2, и выпускают своего партнера на свободную позицию для атаки.

Комбинационные взаимодействия против зонной защиты 3-2

По мнению специалистов, наиболее эффективной тактикой против зонной защиты является быстрый прорыв или раннее нападение, так как соперник не успевает вернуться в защиту и стать в «зону». Однако нападающей команде не всегда удается быстро реализовать атаку. Предлагаем два варианта позиционного нападения.

1. «Перегрузка» (рисунок 3). Разыгрывающий (№ 1) выполняет дриблинг в сторону легкого форварда (№ 3), который, в свою очередь, открывается на линии штрафного броска, где может получить мяч для свободной атаки. Если легкий форвард не получил мяч, то он продвигается к центровому игроку (№ 5) и ставит ему заслон для входа в зону. Сам же игрок (№ 3) смещается к 3-очковой дуге. Создав численное преимущество на «слабой» стороне (стороне где нет мяча), разыгрывающий передает мяч атакующему защитнику (№ 2), далее – легкому форварду (№ 3) для

атаки из-за 3-очковой дуги, центровому игроку под кольцо или тяжелому форварду (№ 4) на линию штрафного броска.

2. «Ложная перегрузка» (рисунок 4). Начало комбинации такое же, как при «Перегрузке». Легкий форвард (№ 3) после заслона центрового игрока (№ 5) открывается на стороне мяча. Как только легкий форвард (№ 3) уходит с линии штрафного броска, тяжелый форвард (№ 4) сразу врывается в трехсекундную зону, а атакующий защитник (№ 2) смещается вниз по левой стороне.

Также предлагаем варианты вbrasывания из-за боковой (рисунок 5) и лицевой (рисунок 6) линий. Эти взаимодействия можно применять, когда до конца атаки остаются несколько секунд.

Следуют одновременно взаимодействия разыгрывающего с центровым игроком и тяжелого форварда с атакующим защитником. Разыгрывающий (№ 1) выпускает центрового игрока (№ 5) под кольцо и сам открывается на вершине трехочковой дуги. Тяжелый форвард (№ 4) ставит заслон атакующему защитнику (№ 2) для броска из-за трехочковой дуги, а сам от-

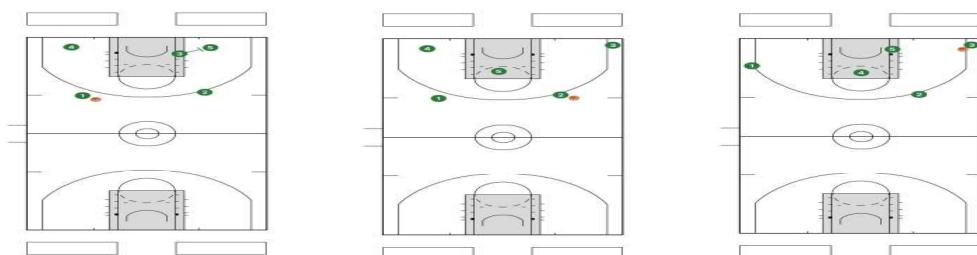


Рисунок 3 – Комбинация «Перегрузка»

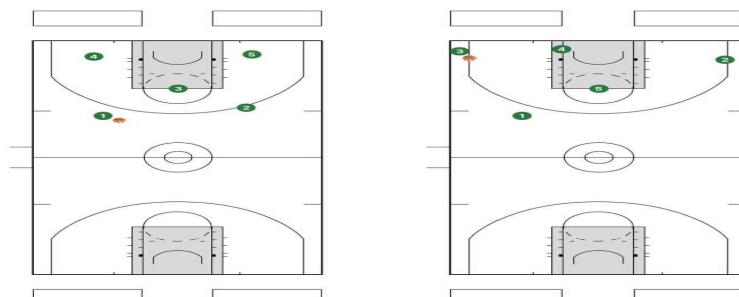


Рисунок 4 – Комбинация «Ложная перегрузка»

крывается под щитом. Легкий форвард (№ 3) в первую очередь выполняет передачу центровому игроку (№ 5) под кольцо. Если выполнить передачу не удалось, тогда следует передача партнерам, находящимся в более выгодной голевой ситуации. Если передача выполнена разыгрывающим (№ 1) или атакующим защитником (№ 2), легкий форвард (№ 3) врывается в трехсекундную зону для получения ответной передачи. Данное комбинационное взаимодействие дает возможность каждому игроку атакующей команды выполнить успешную атаку, и соперник не знает от кого ждать угрозы.

Вбрасывание из-за лицевой линии (командное взаимодействие «Лифт»). Разыгрывающий игрок ставит заслон атакующему защитнику (№ 2) для получения передачи под щитом. Затем разыгрывающий врывается между тяжелым форвардом (№ 4) и центровым (№ 5). Эти игроки «смыкаются» между собой и отсекают опекуна разыгрывающего игрока (№ 1).

Затем центровой (№ 5) делает шаг под кольцо, а тяжелый форвард (№ 4) поворачивается к легкому форварду (№ 3) для получения мяча. Если передача выполнена разыгрывающему (№ 1), легкий форвард (№ 3) через заслон от тяжелого форварда (№ 4) открывается для атаки со средней или дальней дистанции.

Заключение. Учебно-тренировочные занятия, на которых разучиваются тактические взаимодействия, нередко отличаются от «динамических» тренировок тем, что происходят частые остановки за счет объяснений со стороны тренера, что может вызывать у игроков снижение интереса. Здесь тренеру необходимо отдавать себе отчет в «отрицательных» сторонах обучения тактике игры и проявлять талант убеждения.

Повышение мотивации и заинтересованности баскетболистов студенческих команд к занятиям тактической подготовкой достигается посредством следующих дидактических приемов:

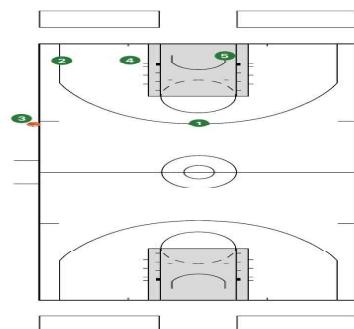
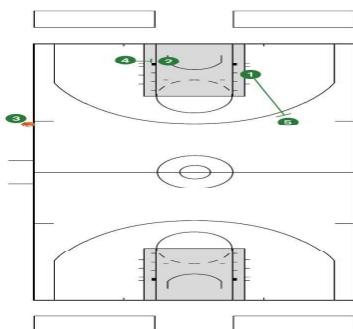


Рисунок 5 – Комбинационное взаимодействие при вбрасывании из-за боковой линии

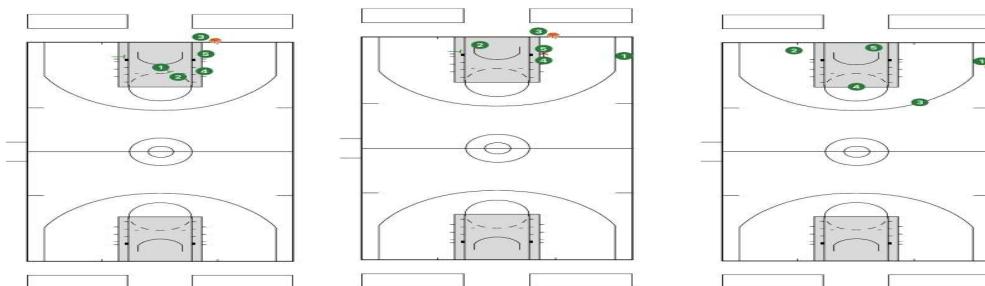


Рисунок 6 – Комбинационное взаимодействие при вбрасывании из-за лицевой линии

1. Индивидуальный подход. Организация занятий по обучению тактическим приемам с позиции эффективного использования «сильных сторон» игроков, с учетом их индивидуальных особенностей и выраженных способностей;
2. Создание положительной установки и благоприятного психологического микроклимата. Стимулирование и поощрение игроков за умение создавать выгодные ситуации для атакующего партнера за счет грамотной игры без мяча в нападении, а также качественной постановки заслонов. Формирование благоприятного психологического микроклимата в команде при разучивании комбинационных взаимодействий происходит под влиянием многих факторов, среди которых организация учебно-тренировочного процесса, стиль руководства тренера с учетом психологических особенностей игроков, теснота психологических связей между игроками, стремление студентов добиваться общего командного результата. Игрок, который ценит свою команду, тренируется с большей самоотдачей. Такие игроки легче поддаются тренерскому влиянию и охотнее принимают его руководящий стиль и концепцию.
3. Использование аналитики. Проведение сравнительного анализа ранее изученных приемов и взаимодействий, соопытывание эффективности применения различных тактических схем в конкретных игровых ситуациях, применение видеоОбзора;
4. Акцент на повышение уровня специальной физической подготовленности. Данный вид подготовки играет ведущую роль в формировании технико-тактических способностей баскетболистов и напрямую связан с особенностями тактики игры, показателями соревновательной нагрузки и психической напряженности;
5. Использование инновационных технологий. Разработка и применение программных приложений для оценки уровня тактической подготовленности и решения тактических задач, внедрение расчетных коэффициентов для определения эффективности технико-тактических действий игроков во время матча.

1. Баскетбол: концепция и анализ / сокр. пер. с англ. Е. Р. Яхонтова. – М., «Физкультура и спорт», 1975. – 272 с.
2. Бондарь, А. И. Баскетбол: теория и практика / А. И. Бондарь. – Минск: БГУФК, 2007. – 423 с.
3. Вуден, Д. Современный баскетбол / Д. Вуден; пер. с англ. Е. Р. Яхонтова. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 256 с.
4. Кретти, Б. Психология в современном спорте: учебник для специальностей с физкультурным уклоном / Б. Кретти; пер. с англ. Ю. Л. Ханина. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 237 с.
5. Новицкий, Д. Э. Информационные технологии в тактической подготовке студентов-баскетболистов / Д. Э. Новицкий // Современные проблемы физического воспитания и формирования здорового образа жизни студенческой молодежи : сб. ст. Респ. науч.-практ. конф., Минск, 22 марта 2016 г. / редкол.: И. М. Дюмин (глав. ред.) [и др.]. – Минск : Междунар. ун-т «МИТСО», 2016. – С. 41–44.
6. Новицкий, Д. Э. Комплексный контроль в управлении спортивной подготовкой баскетболистов студенческих команд / Д. Э. Новицкий, В. И. Новицкая // Вестник Полоцкого государственного университета. – 2018. – № 5. – С. 187–192.
7. Сакалаускас, Ш. Записки тренера по баскетболу: практик. пособие / Ш. Сакалаускас. – Минск: ОО «Белорусская федерация баскетбола», 2016. – 114 с.

Поступила в редакцию: 16.09.2024