

# ЗАЩИТА В ПЛЯЖНОМ ГАНДБОЛЕ

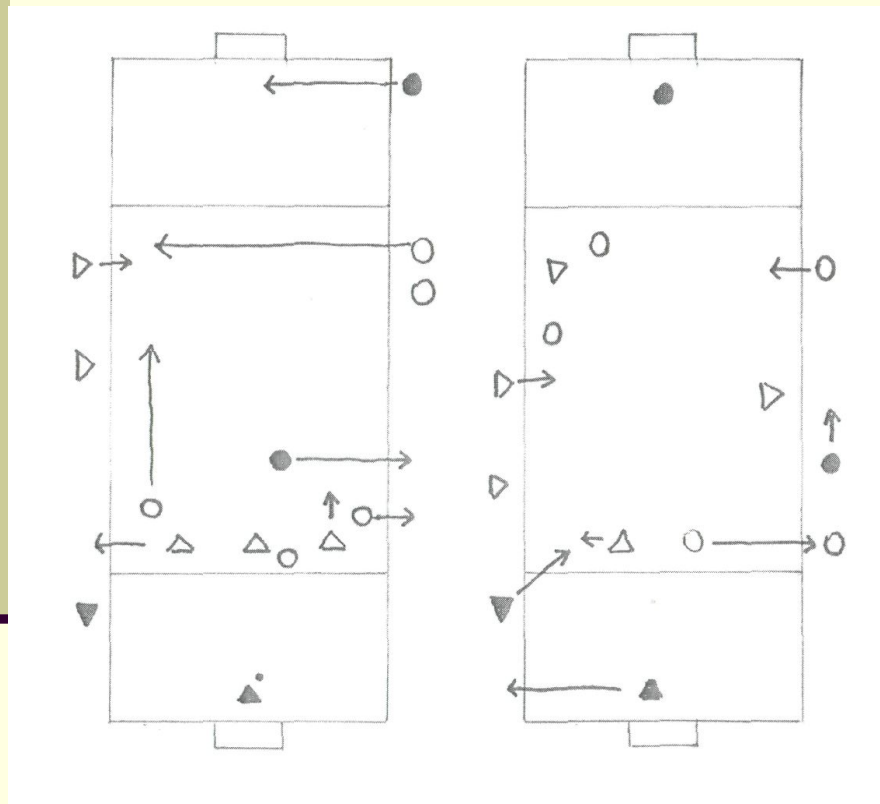


# ЗАЩИТА



- защищаться в численном меньшинстве (3 против 4);
- не дать возможность забить 2-хочковый бросок;
- вынудить нападающих сделать ошибки;
- овладеть мячом

# I и II ФАЗА



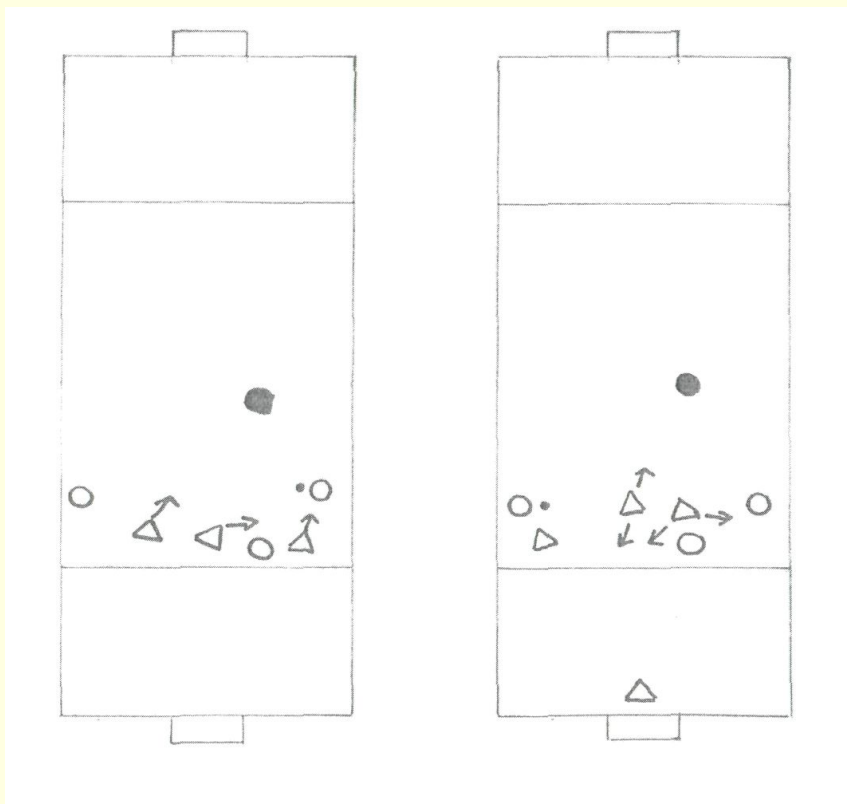
- крайний нападающий (ближайший к зоне замены) выбегает быстро, по кратчайшему пути;
- Джокер - выбегает быстро, по кратчайшему пути;
- вратарь - быстро бежит в ворота;
- линейный - пытается заблокировать бросок вратаря (2-хочковый), или препятствует введению мяча, чтобы предотвратить быстрый прорыв;
- крайний нападающий (дальний от зоны замены) – быстро отступает;
- центральный защитник – бежит и опекает первого заменяющегося игрока, мешает ему получить мяч или бросить по воротам.
- вратарь занимает свое место в центре ворот;
- выбегает крайний защитник (ближайший к зоне замены)

# III ФАЗА

---

- играть 3 против 4
- есть один нападающий (Джокер), который любым результативным броском может заработать 2 очка;
- главная цель - попытаться помешать забить 2-хочковый бросок;
- особенно важно остановить Джокера.

# Перемещения защитников



- основное положение защитников зависят от местоположения Джокера, линейного и мяча;
- защитники выполняют большее количество работы, потому что они находятся в невыгодном положении и не могут находиться так близко к нападающим;
- защитники должны сотрудничать и помогать друг другу.

# Плотная опека игрока

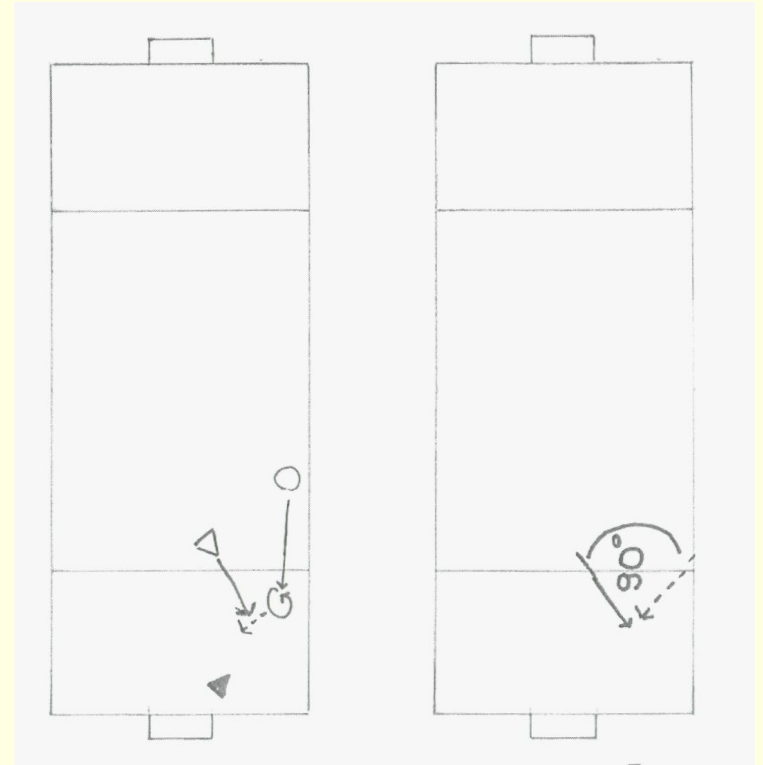


- в принципе, держать игрока, не владеющего мячом нельзя...;
- но, находиться в близком контакте с нападающим можно, только не сбоку и не сзади;
- если нападающий начал вращения или выпрыгнул на выполнение «наброса» – любой контакт ЗАПРЕЩЕН!!!

# Блокирование

Последний шанс для защитников предотвратить результативный бросок

- блокирование против Джокера - то же, как в классическом гандболе (как правило, одиночное)
- ныряющий блок против вращения крайних нападающих:
  - один из самых захватывающих и важных защитных элементов;
  - обратить внимание на: начало движения, ритм и расстояние до нападающего







# Обучение ныряющим блокам

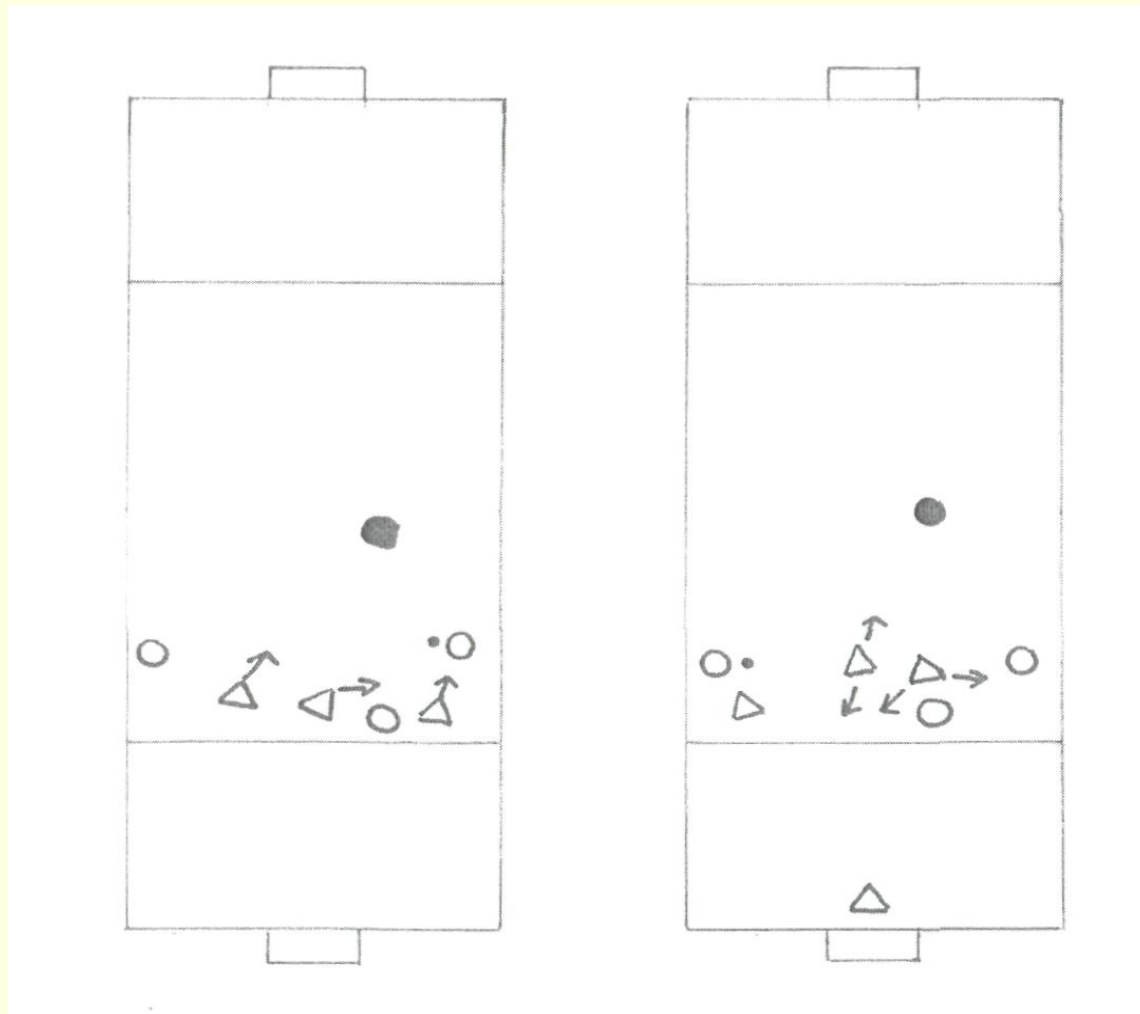
---

Обязательно подготовить поверхность для приземления (в целях безопасности)

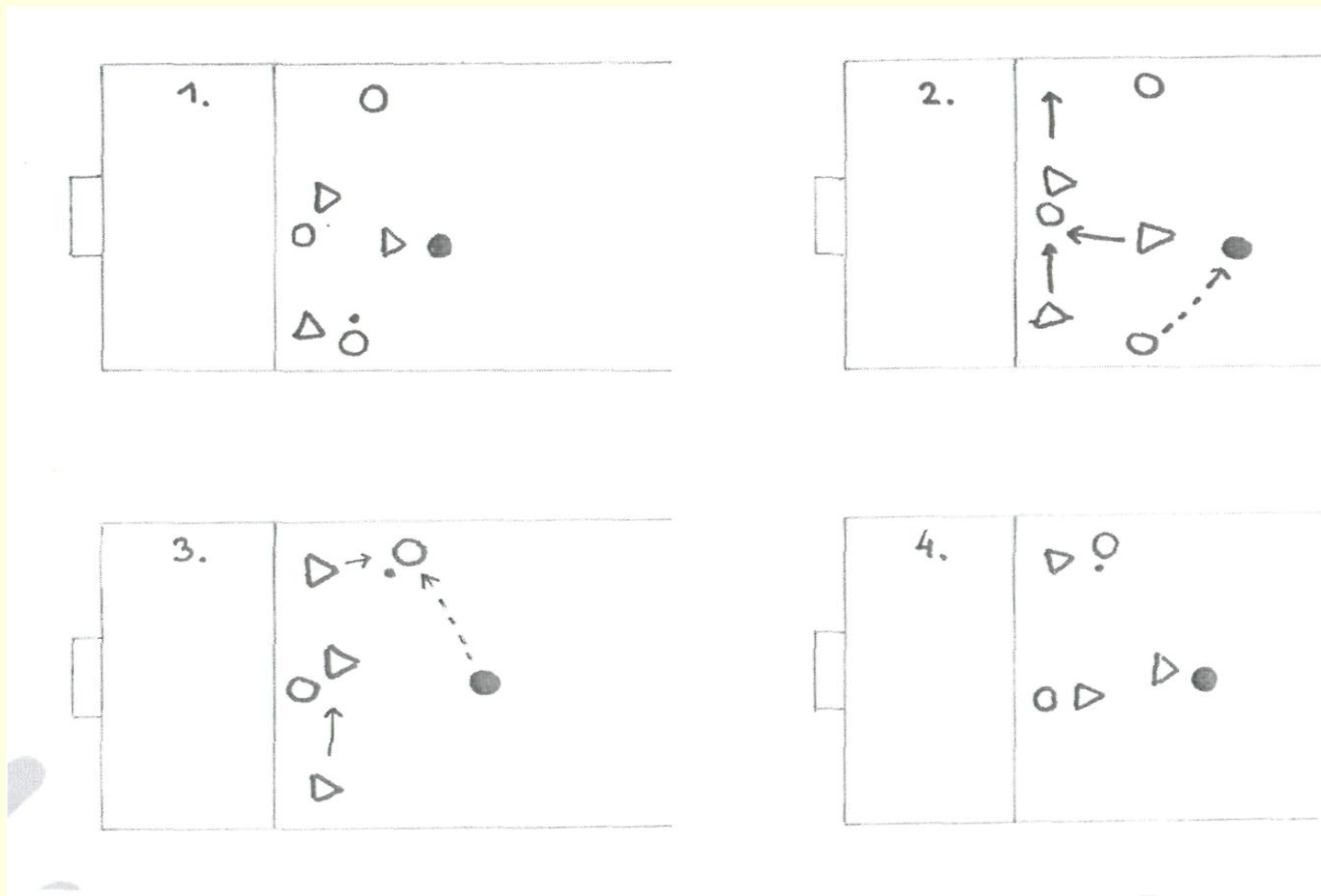
- блокирование 1-очкового броска;
- блокирование 2-хочкового броска;
- попытка ныряющего блока пролетающего мяча;
- ныряющий блок 1-очкового броска;
- ныряющий блок 2-хочкового броска

Обратить внимание на начало движения,  
ритм и расстояние

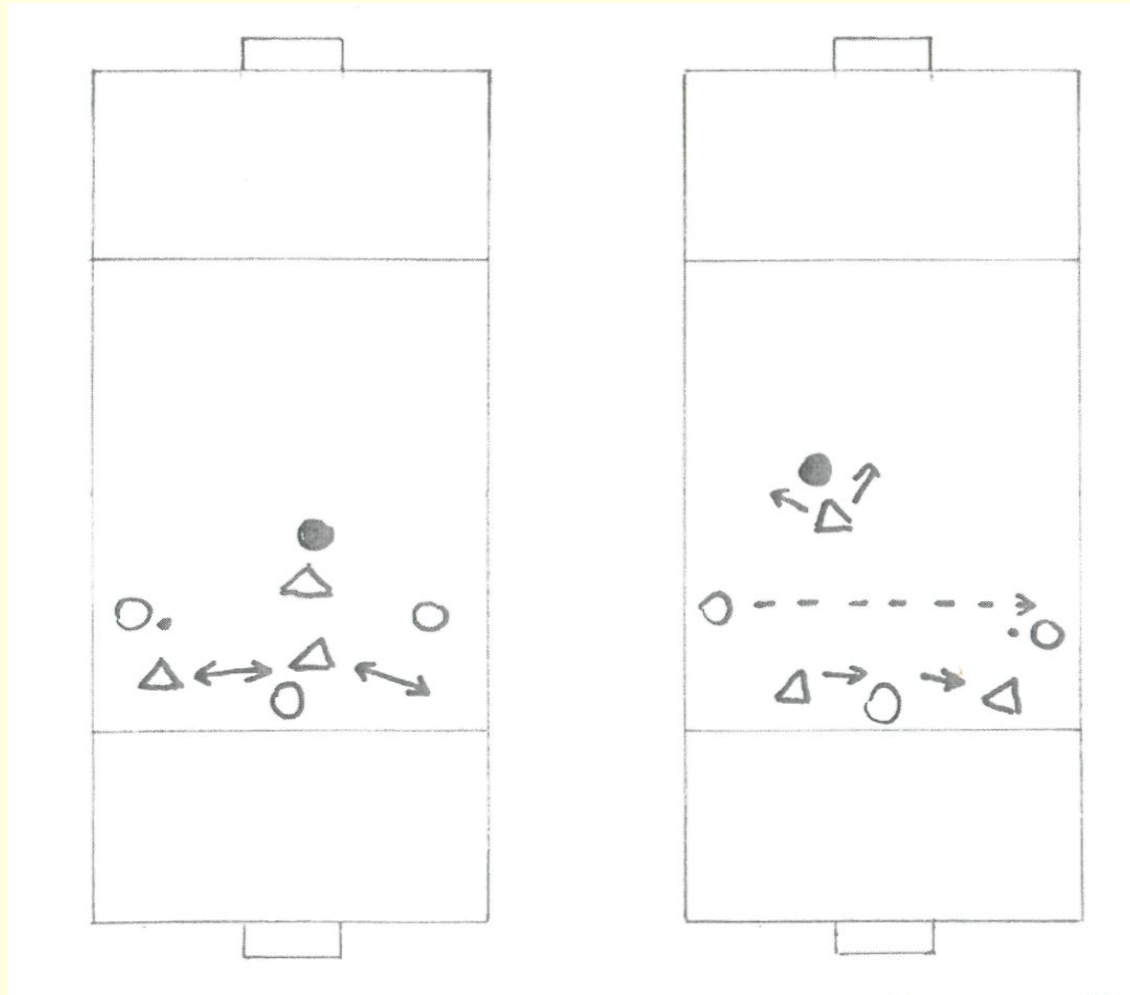
# Тактика защиты (базовая)



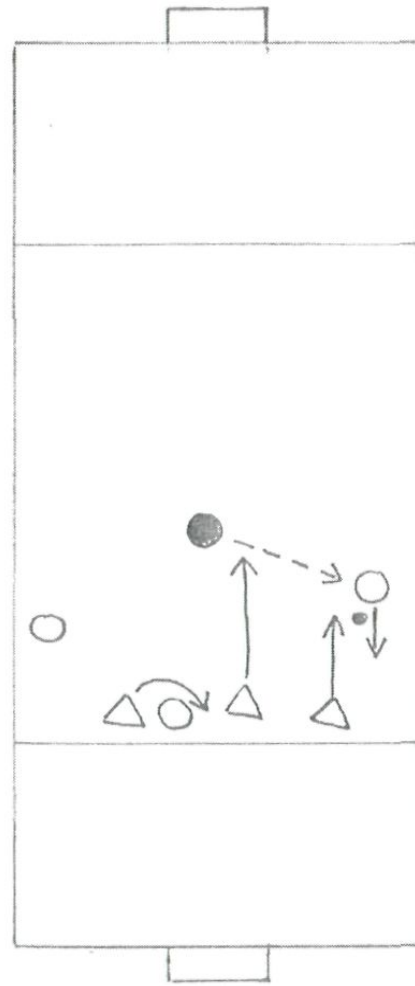
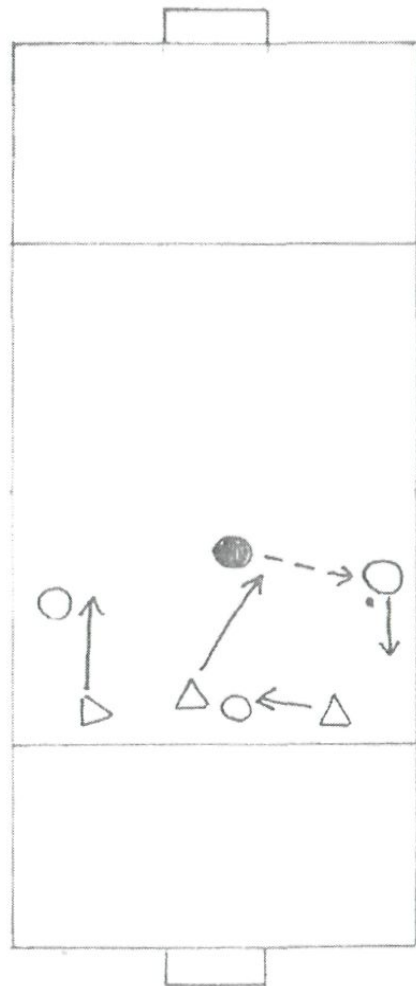
# Тактика защиты (треугольник)



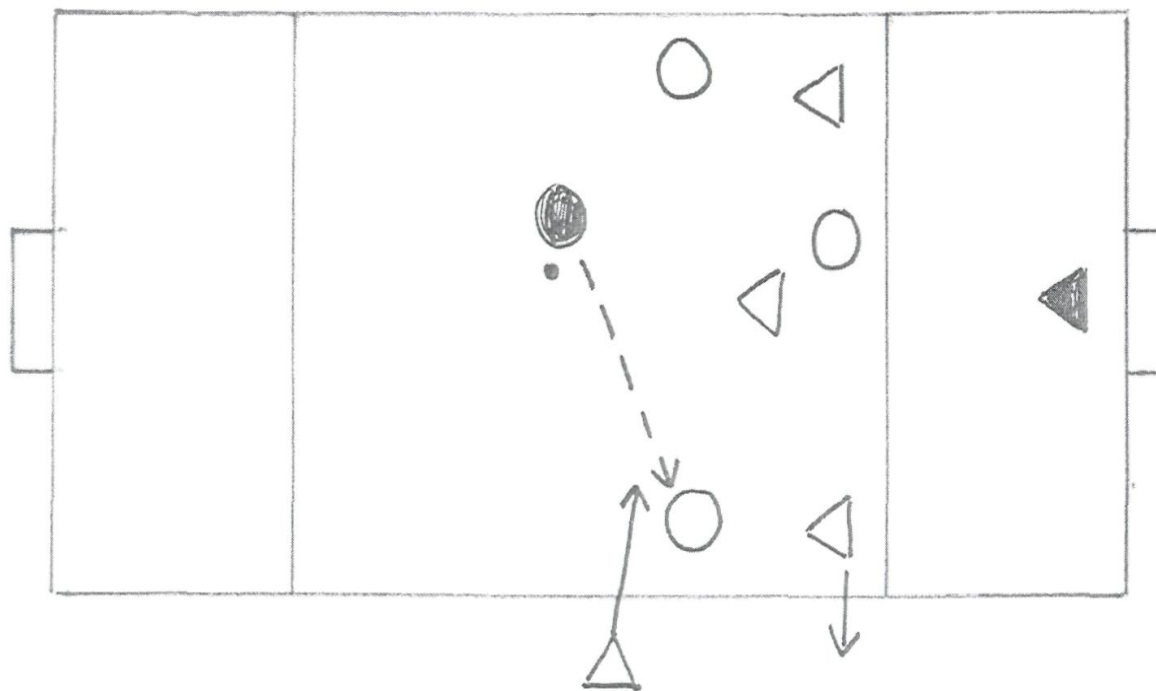
# Тактика защиты (2+1)



# Тактика защиты (прихват)



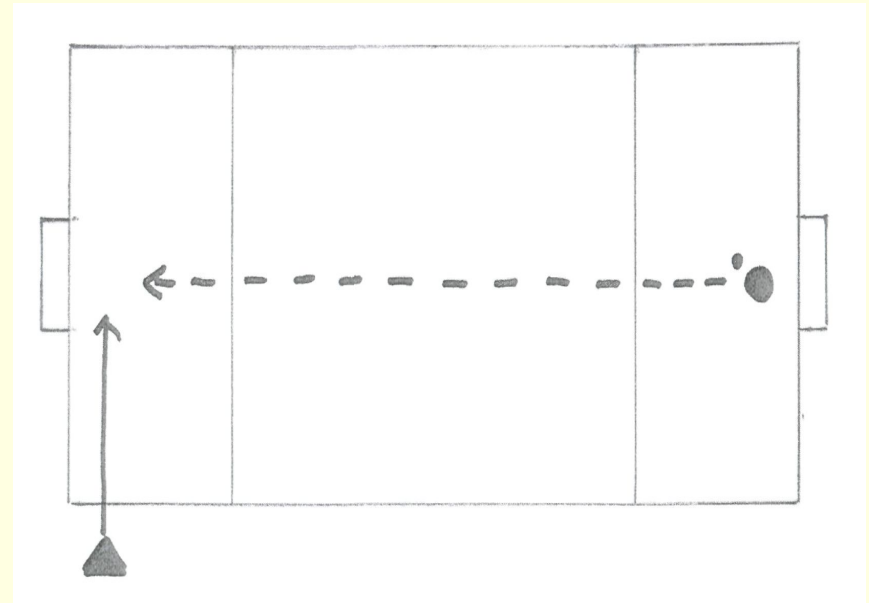
# Тактика защиты (ловушка заменой)





# Игра вратаря

- игра вратаря на площадке начинается с момента замены;
- попытаться отбить бросок вратаря (от ворот до ворот);
- основные элементы как в классическом гандболе, большинство бросков с 6 м.
- обратить внимание на правильный выбор местоположения.





# Игра вратаря

---

- защита в меньшинстве должна сконцентрироваться на Джокере и линейном – которые приводят к большему количеству возможностей для крайних нападающих;
- при броске с пируэтом у нападающих мало времени, чтобы видеть где находится вратарь;
- при набросе у нападающего меньше шансов изменить возможное направление броска;
- важно выбрать соответствующий ритм и выбор времени;
- важно хорошее сотрудничество с защитником во время ныряющих блоков (закрыть ближний угол);
- успешный сейв позволяет незамедлительно начать быстрый прорыв.

# ИТОГ

---

Заработать одно очко, полезно или нет?

- Да – по тактическим причинам, погоде, психологическому моменту: «Лучше одно, чем ни чего!»
- Нет – теряется шанс забить 2-хочковый бросок, ведь цель состоит в том, чтобы играть эффектно!