

ГБУ СПО ЛНР «Луганский колледж информационных технологий и  
предпринимательства»



# Тактика защиты в баскетболе



*Чекунов Михаил Викторович*  
*Преподаватель физического воспитания*

*Луганск, 2018*



# Защита в баскетболе



Защита в баскетболе является вторым главным фактором, наряду с нападением, который позволяет бороться за победу в матче.

**Основная цель игры в защите** – прервать атаку соперника и овладеть мячом до его броска в корзину.

Защитник должен постоянно стремиться занять необходимую позицию для предотвращения выхода нападающего к щиту или на выгодное для развития атаки место.

В современном баскетболе больше всего внимания уделяют как раз атаке, однако, правильная игра в защите является куда более важным фактором успеха.

Существует негласное баскетбольное правило: «хорошее нападение выигрывает игру, хорошая защита выигрывает титул».



# Базовые понятия тактики в защите



## • Виды защиты

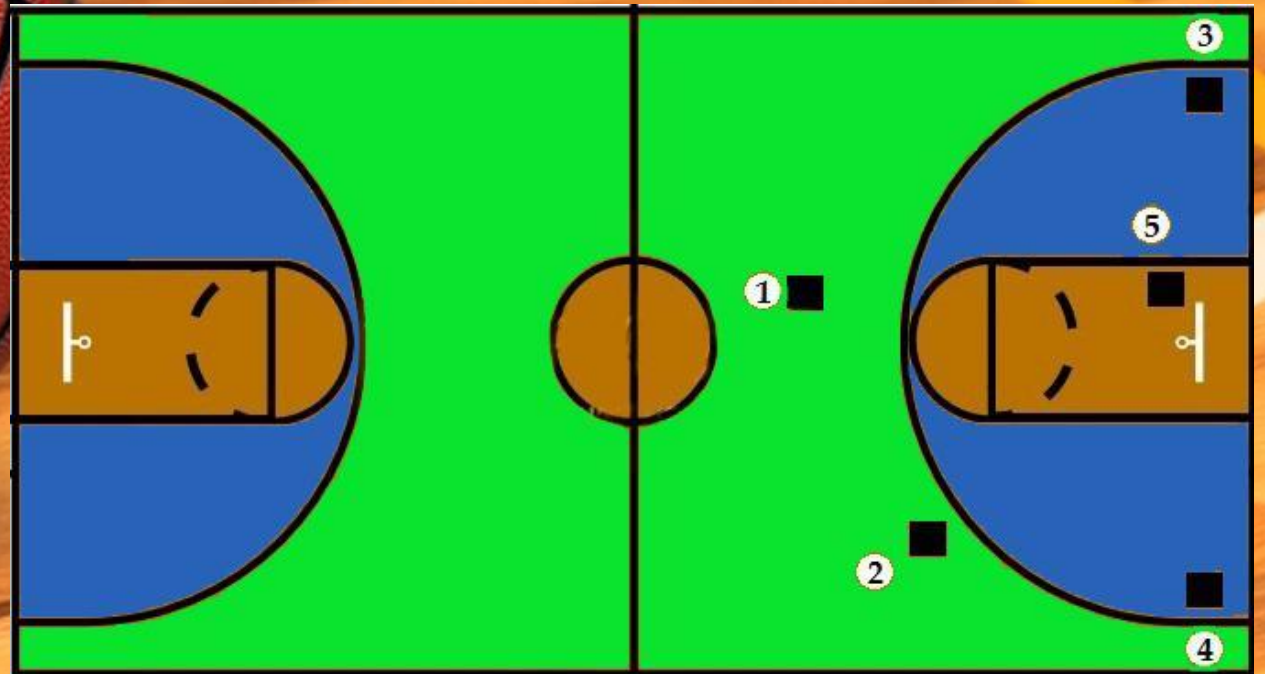
- Личная
- Зонная
- Смешанная (скомбинированная)



# Личная защита

**Личная защита в баскетболе** подразумевает индивидуальную опеку каждого игрока соперника. При игре «лично», задача защитника заключается в том, чтобы постоянно находиться рядом с одним из нападающих (следует заметить, что игроков разбирают в начале матча, как правило, отталкиваясь от физических данных соперника и стиля игры).

На рисунке можно видеть, что каждому атакующему игроку (белый круг) отвечает определенный защитник (черный квадрат).





# Личная защита



В процессе игры возможны замены и перестановки, а, следовательно, и смена опекаемых игроков. Однако, еще до начала атаки соперника, защитник четко знает, против кого он должен защищаться. Основная задача в обороне заключается в том, чтобы максимально «усложнить» жизнь нападающему.

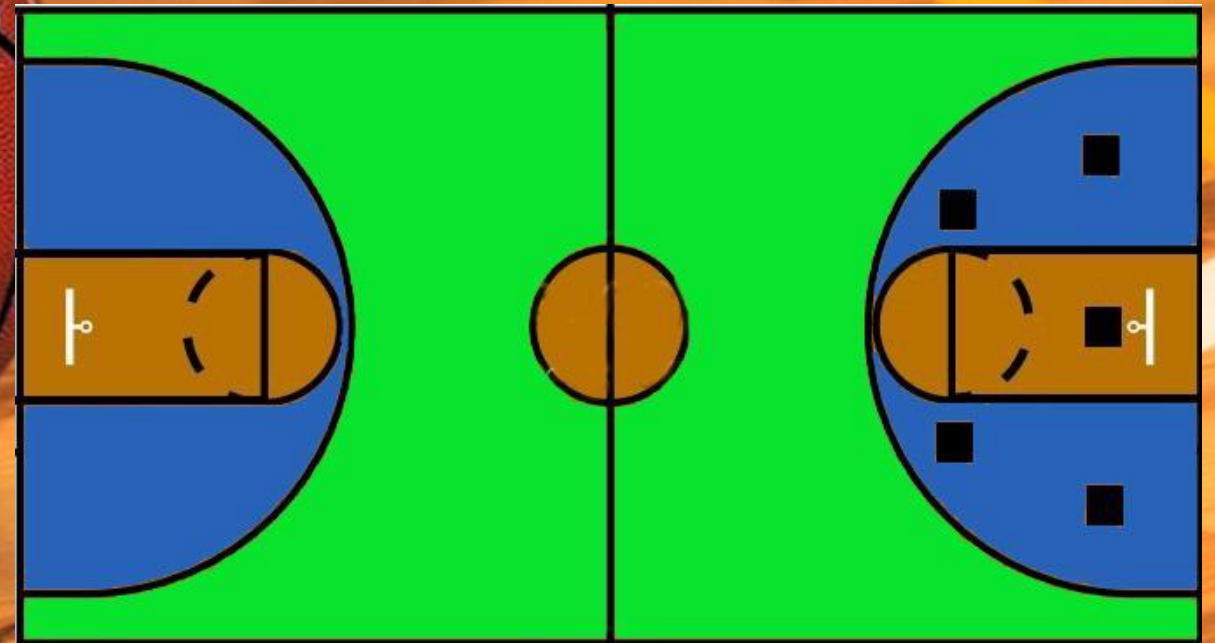
Правильно занятая позиция позволит отсечь игрока от передачи либо выполнить перехват. Хорошая работа ног и перемещения вместе с соперником не позволит ему занять удобное место для броска. И, конечно же, создание разнообразных помех при броске (в том числе блокшоты) обезопасит кольцо от точного броска.



# Зонная защита

**Зонная защита в баскетболе** направлена на то, чтобы отобрать мяч и не дать противнику выполнить точный бросок по кольцу. Тем не менее, такая система игры в защите предусматривает опеку каждым из защитников определенного участка площадки (зоны).

Как видно из рисунка, независимо от размещения игроков группы атаки, защитники (черные квадраты) всегда размещаются одинаково и обороняют определенную территорию площадки.





# Зонная защита



Зона является единым слаженным механизмом, который имеет определенную схему построения, перемещается слаженно, в зависимости от положения мяча на площадке.

При зонной защите есть возможность наладить более организованную игру в защите, подстроиться под физические особенности игроков нападения, увеличить вероятность перехвата мяча, ограничить возможности проведения комбинаций соперником.

Зона наиболее актуальна в игре против заслонов, однако, уязвима против команд со снайперами, у которых есть возможность совершать неприкрытые броски с периметра, особенно из угла площадки.



# Смешенная защита

С целью минимизации недостатков одной из вышеперечисленных систем игры в защите, существует **смешанный тип обороны в баскетболе.**

Согласно нему, некоторые игроки выстраивают зонную оборону, а некоторые лично опекают нападающих.

Как правило, тренер принимает решение об использовании смешанной защиты в случае адаптации к стилю игры соперника либо особенно тщательной опеки определенных игроков команды.

Примером смешанной защиты можно считать построение зонной защиты по схеме 2-2 (участвует 4 человека, которые располагаются «по квадрату») плюс персональная опека снайпера команды.





## Выводы

Личная защита является более мотивирующей и ответственной для игроков, поскольку каждый игрок держит ответ за действия определенного оппонента. Персональная защита, является более изнурительной для защитников, особенно если в атаке команда проповедует стремительный баскетбол, то на личную защиту сил остается немного.

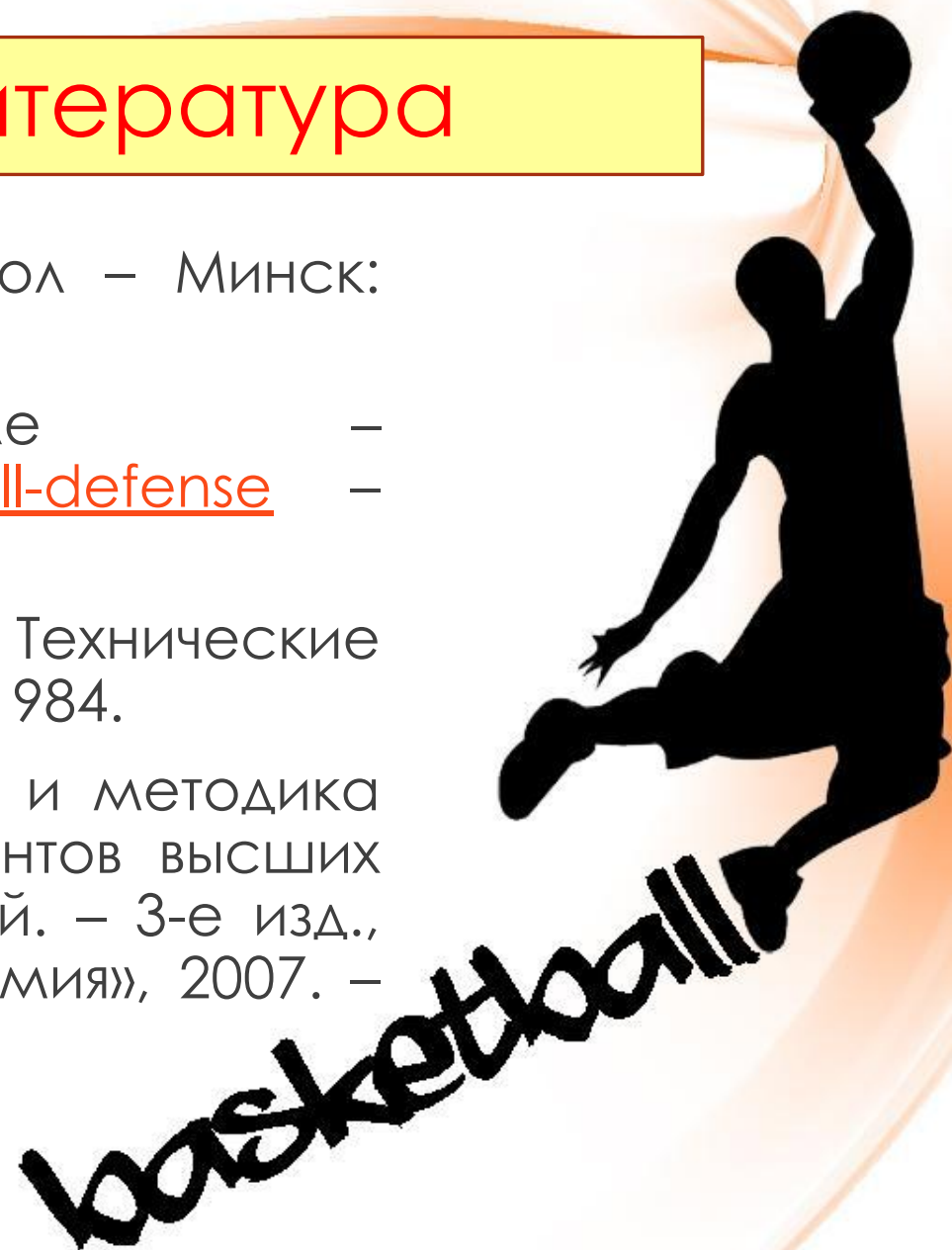
Зонная защита, дает возможность рассчитывать на подстраховку со стороны партнеров и избавление от чувства вины и ответственности.

Смешанный тип защиты применяется в случае адаптации к стилю игры соперника либо особенно тщательной опеки определенных игроков команды.



## Использованная литература

1. Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол – Минск: Польша, 1986.
2. Защита в баскетболе – <http://hoops.com.ua/defense/6-basketball-defense> – Режим доступа.
3. Кудряшов В.А., Мирошникова Р.В. Технические приемы игры в баскетбол. – Волгоград, 1984.
4. Нестеровский Д. И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учебное пособие для студентов высших учебных заведений /Д. И. Нестеровский. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 336 с.





ИГРАЙТЕ В БАСКЕТБОЛ!

СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!

