

Тактики защиты

Нажмите на
ссылку:

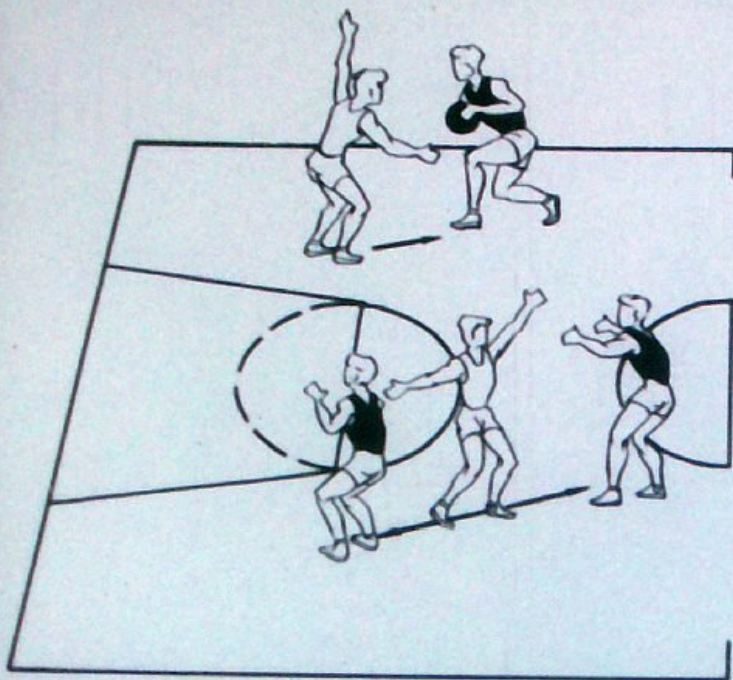


- ✓ Против игрока без мяча
- ✓ Против игрока с мячом
- ✓ Командная тактика защиты (базируется на двух основных системах игры — личной и зонной. При личной защите каждый защитник прикрепляется к определенному игроку нападения. В случае успешного применения нападающими заслонов важно, чтобы защитники были готовы поменяться подопечными и не оставили противника неприкрытыми)
- ✓ Защита прессингом (самый активный вид защиты, постоянное давление на соперника. Может быть личным или зонным. Может начинаться с момента вбрасывания соперником мяча: по всей площадке, на 3/4 ее, на своей половине)

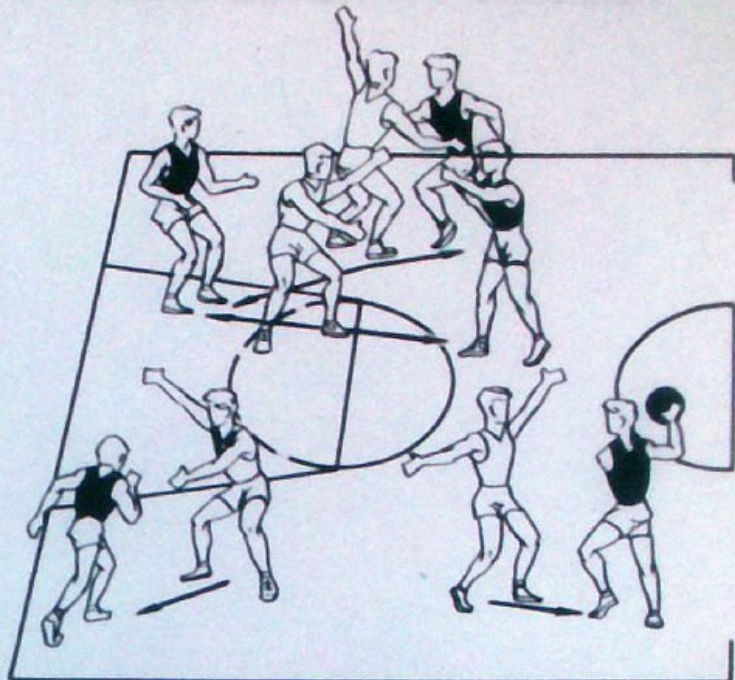


ГРУППОВЫЕ ДЕЙСТВИЯ В ЗАЩИТЕ

Действия защитников при численном превосходстве нападающих



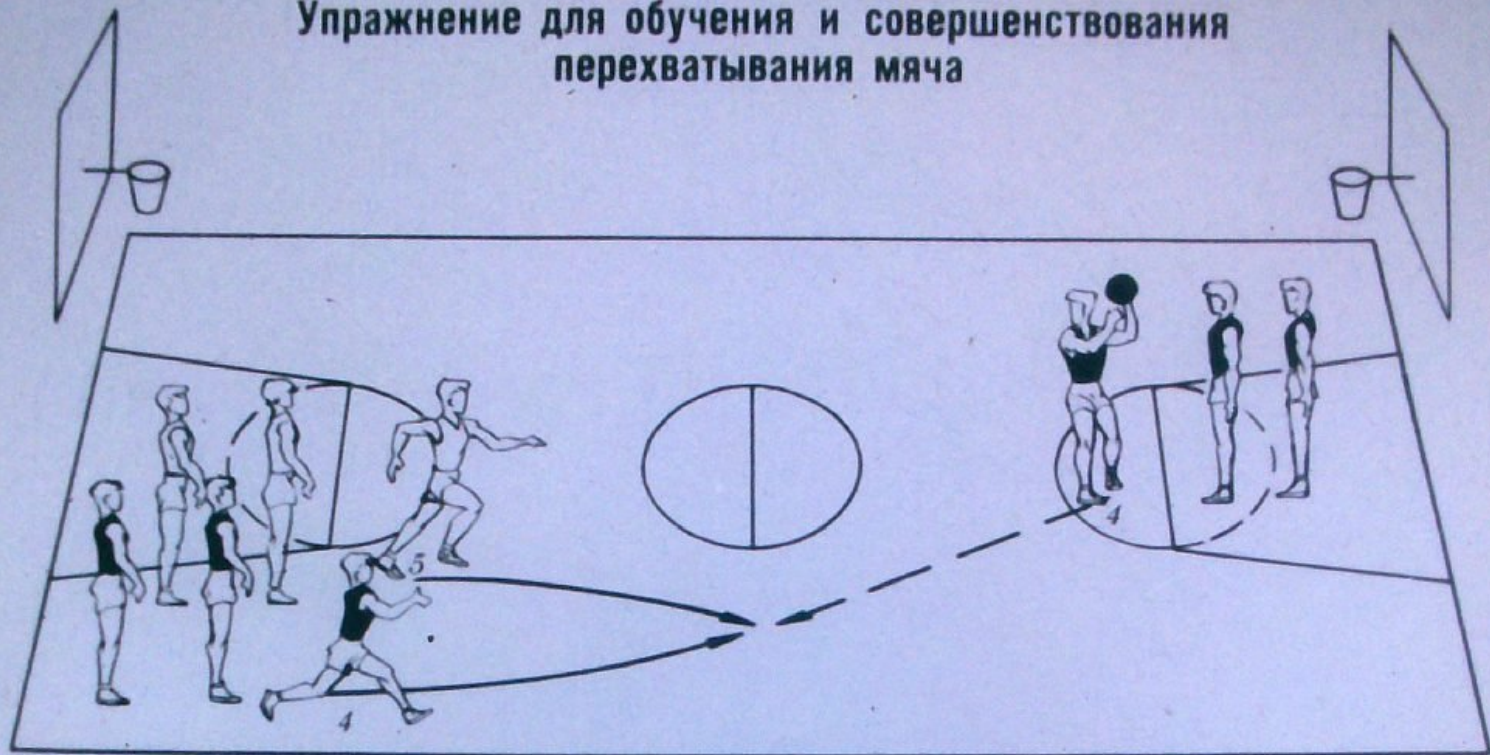
Два защитника
против трех нападающих



Четверо защитников
против пяти нападающих

Защитник, ближайший к нападающему с мячом, атакует его, а другие партнеры располагаются между оставшимися игроками, стараясь затруднить им ловлю мяча.

Упражнение для обучения и совершенствования перехватывания мяча



Нападающий 4, выходя вперед, получает мяч от партнера. Защитник 5 старается перехватить мяч. Если ему это удастся, он с ведением мяча атакует корзину. Если мяч поймает нападающий, он делает поворот и старается атаковать корзину, от которой выбежал вперед. В обоих случаях игрок без мяча оказывает активное сопротивление атакующему.