

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**СТАРООСКОЛЬСКИЙ ФИЛИАЛ
(СОФ НИУ «БелГУ»)**

**ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ИГРОВЫХ ДЕЙСТВИЙ
В ЗАЩИТЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ 12-13 ЛЕТ**

Выпускная квалификационная работа
обучающегося по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование, профиль Физическая культура
заочной формы обучения, группы 92061366
Саркисян Роберта Арсеновича

Научный руководитель
к.п.н., доцент
Кадуцкая Л.А.

СТАРЫЙ ОСКОЛ 2018

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время система многолетней подготовки баскетболистов требует от тренеров-преподавателей подбора средств и методов, способных повышать эффективность игровых действий в условиях соревновательной деятельности и ускорять процесс технико-тактической подготовки (Анненков В.Н., 1991).

Немаловажное значение в технико-тактическом арсенале баскетболистов должны занимать игровые действия в защите. «Успешная игра в защите во многом определяет итог спортивного соперничества баскетболистов». В современном баскетболе для достижения победы недостаточно только результативно атаковать. «Важно также надежно обезопасить свою корзину, своевременно подавлять атакующую инициативу противников, разрушать их привычные взаимосвязи и тем самым диктовать свои условия ведения борьбы» (Нестеровский Д.И., 2004).

Хорошую защиту отличает не пассивное реагирование на действия атакующих, а активное упреждающее применение контрдействий с постоянным «давлением» на мяч и готовностью к стремительному переходу в контратаку.

«Было установлено, что уже на ранних стадиях подготовки спортсмен должен научиться отчетливо представлять себе основные технико-тактические действия в защите и технологию выполнения данных действий в различных игровых ситуациях». Многочисленные наблюдения за выступлениями баскетболистов разного возраста и спортивной квалификации позволили выявить, что отдельные игровые действия в защите многократно повторяются в играх как в передвижениях, так и в исходных положениях. «Однако традиционная методика обучения технико-тактическим действиям в баскетболе в недостаточной степени учитывает возрастные особенности юных баскетболистов, особенности их соревновательной деятельности и во многом повторяет методику подготовки

взрослых». В связи с этим проблема разработки и обоснования методики совершенствования игровых действий в защите баскетболистов 12 – 13 лет на основе использования технологии программированного обучения является важной и актуальной.

Цель работы состояла в разработке и экспериментальном обосновании методики совершенствования игровых действий в защите баскетболистов 12 – 13 лет, основанной на технологии программированного обучения.

Объект исследования: тренировочный процесс по баскетболу с юношами 12 – 13 лет.

Предмет исследования: методика совершенствования игровых действий в защите баскетболистов 12 – 13 лет.

Для достижения поставленной цели решались следующие задачи:

1. Проанализировать по данным литературных источников состояние проблемы совершенствования игровых действий баскетболистов в защите.

2. Разработать методику совершенствования игровых действий в защите баскетболистов 12 – 13 лет, основанную на технологии программированного обучения.

3. Выявить эффективность разработанной методики.

4. Разработать практические рекомендации.

Гипотеза исследования. Предполагалось, что эффективность экспериментальной методики совершенствования игровых действий в защите баскетболистов 12 – 13 лет будет выявлена, если:

– в тренировочном процессе для совершенствования технико-тактической подготовки спортсменов будет использоваться технология программированного обучения;

– физические качества, необходимые для выполнения игровых действий в защите будут на высоком уровне.

Новизна исследования заключается в теоретической разработке и экспериментальном обосновании разработанных алгоритмов технико-тактических действий и теоретических заданий для совершенствования

игровых действий в защите баскетболистов 12 – 13 лет. Практическая значимость заключается в разработке методики совершенствования игровых действий в защите баскетболистов 12 – 13 лет и практических рекомендаций по ее применению в тренировочном процессе тренировочных групп.

«Действия защитника против нападающего без мяча предопределяются решением двух основных задач: 1) не позволить сопернику выгодно открыться для получения мяча или для взятия отскока; 2) быть готовым оказать помощь партнеру на опасном участке обороны» [9].

1.3. Закономерности совершенствования игровой деятельности в баскетболе

«Баскетбол — это игра с нестандартными движениями и динамической силовой работой переменной мощности».

«Игровая деятельность в баскетболе представляет собой целостное воспроизведение игровых приемов, технико-тактических действий, физических и психических компонентов подготовленности участников в условиях постоянно изменяющихся игровых ситуаций» [15].

«С другой стороны, чем выше и качественнее техническая оснащенность баскетболиста, тем больше возможностей у него максимально проявить свой физический потенциал» [9].

Спортивная деятельность в баскетболе характеризуется практически постоянным пребыванием игрока в условиях крайне жесткого ограничения времени, когда требуется не только одновременное проявление нескольких сторон быстроты, но и самое разнообразное и внезапное их чередование.

«Анализ текущего состояния (ситуации) и выбор исполнительного акта следуют непосредственно один за другим или даже совмещены во времени».

Реализация же адекватного двигательного действия (игрового приема) ведет не к окончательному разрешению конфликтной ситуации, а только к ее

изменению или возникновению новой. К тому же проблемные ситуации отличаются альтернативностью выбора решений. Разнообразная и совершенная тактика в баскетболе — неременное условие для реализации технико-физического потенциала отдельных игроков и команды в целом. «Баскетбол относится к коллективным видам игровой деятельности, следовательно, требует тесного сотрудничества партнеров по команде» [15]. «Характерная черта игровой деятельности баскетболистов — напряженность ее протекания». Реализация технико-тактического мастерства — это искусство движений в условиях спортивного противоборства с целью достижения запланированного результата. «Фактор противоборства придает соперничеству яркую эмоциональную окраску». Большинство игровых микропоединков в ходе баскетбольных матчей происходит в условиях активного противостояния. «Кроме этого, подавляющее количество всех технических приемов баскетболисты выполняют на максимальной скорости, в безопорном положении или в трудных для координации движений условиях, т. е. в экстремальных ситуациях» [31]. «Ни высокий уровень владения техникой отдельных игровых приемов, ни богатый арсенал тактических знаний и умений, ни достаточно развитый физический потенциал занимающихся сами по себе не гарантируют эффективность игровой деятельности. Успехи, достигнутые в освоении структурных компонентов игры в баскетбол, еще не обеспечивают их взаимосвязанного воспроизведения непосредственно в игровом противоборстве». Необходимо специально учесть этому. Причем обучение игровой деятельности не должно ограничиваться произвольным использованием двусторонних учебных игр. «Взаимосвязь различных аспектов обучения требует направленной координации педагогических воздействий». «Это возможно только благодаря специально организованному процессу интеграции результатов обучения технике, тактике игры и развития специальных физических качеств» [30].

ГЛАВА II. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Методы исследования

Теоретический анализ и обобщение литературных источников и документальных материалов проводились с целью выяснения состояния вопросов по исследуемой проблеме. Изучались материалы, раскрывающие характеристику игровых действий баскетболистов в защите, средства и методы совершенствования защитных игровых действий баскетболиста, а также закономерности совершенствования игровой деятельности в баскетболе.

Опрос проводился в виде беседы с целью выявления отношения тренеров по вопросу совершенствования игровых действий в защите баскетболистов 12 – 13 лет.

Педагогическое наблюдение проводилось в процессе проведения педагогического эксперимента на тренировочных занятиях по баскетболу с целью контроля за правильным выполнением техники упражнений, а также до и после педагогического эксперимента во время проведения контрольных игр между контрольной и экспериментальной группами.

Тестирование теоретической подготовленности проводилось для выявления уровня знаний о выполнении защитных игровых действий. Для этого были разработаны контрольные технико-тактические задания.

Тестирование физической подготовленности:
– прыжок вверх с места (см) – игрок располагается под щитом и отталкиваясь двумя ногами прыгает вверх, стремясь достать рукой как можно более высокую точку на ленте с сантиметровыми делениями, укрепленную на баскетбольном щите. В зачет идет лучший результат из трех попыток.
Показатель прыгучести рассчитывается по разнице между высотой доставания в прыжке и высотой доставания рукой, стоя на полу на носочках.
– передвижение в защитной стойке (сек.) – игрок находится за лицевой

линией. По сигналу арбитра испытуемый перемещается спиной в защитной стойке, после каждого ориентира изменяет направление (1-ый ориентир находится на штрафной линии, 2-ой на боковой линии, 3-ий на центральной линии). От центральной линии выполняется рывок лицом вперед к лицевой линии на исходную позицию. В экспертной оценке исполнения технических действий принимали участие ведущие тренеры. Оценивались следующие технико-тактические действия:

1. стойка баскетболиста;
2. передвижение приставными шагами;
3. выбивание мяча сбоку;
4. перехват мяча;
5. взятие отскока.

Педагогический эксперимент на базе МБУ «СШ «Юность» города Старый Оскол на протяжении учебного года. В обследовании участвовали 32 баскетболиста 12 – 13 лет, занимающиеся в тренировочных группах 2 года обучения, которые были разделены на 2 группы: контрольную – 17 и экспериментальную 15 баскетболистов. В контрольной группе тренировочные занятия проводились под руководством Дорохина Олега Анатольевича по программе спортивной подготовки «Баскетбол». В экспериментальной группе тренировочные занятия проводились под руководством Арустамяна Армена Самвеловича, на которых была внедрена разработанная нами методика совершенствования игровых действий баскетболистов в защите. Контрольное обследование спортсменов состоялось в сентябре 2017 г., итоговое в мае 2018 г. С целью определения эффективности разработанной методики проведен сравнительный анализ данных, полученных до и после эксперимента в экспериментальной и контрольной группах. Полученный в ходе исследования материал был обработан методами математической статистики.

2.2. Организация исследования

Исследование проводилось поэтапно.

На первом этапе (февраль - март 2017 г.) был проведен анализ научно-методической литературы. Теоретическое изучение средств и методов совершенствования игровых действий баскетболистов в защите.

На втором этапе (апрель - май 2017 г.) было организовано знакомство с базой исследования, проведены опрос, педагогическое наблюдение и была разработана экспериментальная методика.

На третьем этапе (сентябрь 2017 г. - май 2018 г.) был проведен формирующий педагогический эксперимент.

На четвертом этапе (май 2018 г.) проведен анализ и обобщение полученных результатов, сформулированы выводы, практические рекомендации и оформлена выпускная квалификационная работа.

ГЛАВА 3. АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ МЕТОДИКИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ИГРОВЫХ ДЕЙСТВИЙ В ЗАЩИТЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ 12 – 13 ЛЕТ

3.1. Характеристика методик экспериментальной и контрольной группы

В ходе опытно-экспериментальной работы мы стремились обосновать методику совершенствования игровых действий в защите юношей 12 – 13 лет в условиях тренировочного процесса по баскетболу. В контрольной группе совершенствование игровых действий в защите осуществлялась по программе спортивной подготовки «Баскетбол». В экспериментальной группе внедрена разработанная нами методика совершенствования игровых действий баскетболистов в защите, основанная на использовании в тренировочном процессе разработанных алгоритмов действий в защите в типовой игровой ситуации (ТИС) и комплексные упражнения для повышения уровня физических качеств, необходимых для выполнения игровых действий в защите. Занятие предполагало 3 части: подготовительную, основную и заключительную. В подготовительную часть включали разновидности ходьбы, прыжков, общеразвивающие упражнения на месте и в движении, упражнения для мышц шеи, верхнего плечевого пояса, туловища, ног. В основном использовались упражнения без предметов или с баскетбольным мячом.

В основной части тренировочного занятия в экспериментальной группе также использовались комплексные упражнения, состоящие из различных способов передвижений игровых действий в защите. Комплексное упражнение №1. Игрок находится за лицевой линией. По сигналу делает рывок до левого угла штрафной линии, затем перемещается в защитной стойке спиной к кольцу зигзагом до правого нижнего угла трехсекундной зоны, затем делает рывок до линии трехочкового броска,

затем перемещается в защитной стойке правым боком спиной к кольцу до правого угла лицевой линии, после чего вдоль боковой линии передвигается в защитной стойке лицом вперед по три шага в каждую сторону до пересечения центральной и боковой линий, где осуществляет остановку прыжком и выполняет прыжок вверх, затем левым боком в защитной стойке перемещается вдоль центральной линии, в середине центральной линии осуществляет остановку прыжком и выполняет прыжок вверх, затем продолжает передвижение левым боком в защитной стойке вдоль центральной линии до пересечения центральной и боковой линий, где осуществляет остановку прыжком и выполняет прыжок вверх, после чего вдоль боковой линии передвигается в защитной стойке спиной вперед по три шага в каждую сторону до лицевой линии.

Комплексное упражнение №2. От середины лицевой линии передвижение правым боком до боковой линии, возвращается левым боком в защитной стойке на исходную позицию, затем рывок до линии трехочкового броска на правую точку 45° , возвращается на исходную позицию бегом спиной вперед, затем рывок до линии трехочкового броска на левую точку 45° , возвращается на исходную позицию бегом спиной вперед, передвижение левым боком в защитной стойке до боковой линии и возвращается правым боком в защитной стойке на исходную позицию.

В основной части занятия в экспериментальной группе для совершенствования защитных игровых действий баскетболистов использовались разработанные алгоритмы действий в защите в типовой игровой ситуации.

Экспериментальные алгоритмы действий в защите были разработаны для тех технико-тактических действий, которые изучаются на данном этапе подготовки (Рис. 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5).

Рис. 3.1. Алгоритм действий в защите против игрока без мяча.

Рис. 3.2. Алгоритм действий в защите против игрока с мячом.

Рис. 3.3. Алгоритм действий в защите против заслона.

Рис. 3.4. Алгоритм действий в защите при подстраховке.

Рис. 3.5. Алгоритм действий в защите при борьбе за отскок.

В контрольной группе для развития физических качеств, необходимых для выполнения игровых действий в защите на тренировочных занятиях использовались следующие упражнения: рывки, челночный бег, ускорение, бег спиной вперед, передвижение в защитной стойке спиной вперед, лицом вперед, правым и левым боком, ускорения из различных исходных положений, прыжки вверх, прыжки через скамейку, прыжки на скакалке. В контрольной группе для совершенствования защитных игровых действий баскетболистов использовались следующие упражнения:

- упражнение в парах. Мяч лежит на полу, нападающий должен обмануть защитника и коснуться мяча, защитник блокирует нападающего, не давая коснуться мяча нападающему;
- упражнение в парах. Один игрок стоя от стены на расстоянии 2 – 3 м, другой на 1 – 1,5 м сзади от него. Впередистоящий игрок делает передачу в стену, сзадистоящий игрок выполняет рывок вперед на перехват мяча. По сигналу смена мест;
- упражнение в парах. Стоя на лицевой линии, нападающий с мячом впереди, защитник сзади на расстоянии 1,5 – 2 м, по сигналу нападающий ведет мяч, к противоположному щиту, защитник должен догнать его и выбить мяч;
- игрок с мячом находится на лицевой линии, защитник на 1,5 – 2 м сзади от него, по сигналу нападающий ведет мяч, к противоположному щиту, чтобы произвести бросок, защитник должен обогнать нападающего, занять соответствующую позицию и осуществлять активное противодействие в защите;

3.2. Анализ эффективности экспериментальной методики

До начала и по окончании эксперимента было проведено обследование спортсменов обеих групп. Определялась достоверность различий между

результатами контрольных испытаний, полученными в обеих группах. Результаты физической и технической подготовленности предварительного обследования баскетболистов контрольной и экспериментальной групп представлены в таблице 3.1.

Таблица 3.1

Показатели физической и технической подготовленности баскетболистов до эксперимента

Контрольные испытания Группа

р Экспериментальная Контрольная ($X \pm m$) ($X \pm m$ прыжок вверх с места, см) 35,2

$\pm 3,5$ 34,7

$\pm 4,1$

>0,05 передвижение в защитной стойке, с 11,5

$\pm 2,4$ 11,8

$\pm 1,9$

>0,05 стойка баскетболиста, балл 7,2

$\pm 1,5$ 7,4

$\pm 1,7$

>0,05 передвижение приставными шагами, балл 5,2

$\pm 1,9$ 4,9

$\pm 1,7$

>0,05 выбивание мяча сбоку, балл 5,2

$\pm 1,1$ 5,4

$\pm 0,8$

>0,05 перехват мяча,

балл 4,9

$\pm 0,7$ 4,7

$\pm 0,5$

>0,05 взятие отскока, балл 3,3

$\pm 0,3$ 3,5

$\pm 0,5$

>0,05

Как видно из таблицы 3.1, достоверных различий между показателями предварительного тестирования, полученными в контрольной и экспериментальной группах не обнаружено. Данный факт свидетельствует о том, что до внедрения в тренировочный процесс экспериментальной методики группы были однородны.

По окончании формирующего эксперимента было проведено итоговое обследование занимающихся в обеих группах. Результаты динамики показателей физической и технической подготовленности баскетболистов контрольной и экспериментальной групп приведены в таблице 3.2. Данные, представленные в таблице 3.2 свидетельствуют о том, что на итоговом этапе обследования достоверные различия обнаружены во всех показателях физической и технической подготовленности экспериментальной группы. В контрольной группе прирост результатов в проведенных контрольных испытаниях оказался ниже, чем в экспериментальной, что в свою очередь отразилось на достоверности изменения показателей.

Наибольший прирост показателей технической подготовленности в экспериментальной группе по сравнению с контрольной произошел в следующих контрольных испытаниях: перехват мяча (в экспериментальной группе улучшился на 3,1 балл, в контрольной на 0,8 балла), взятие отскока (в экспериментальной группе улучшился на 4,2 балла, в контрольной на 1,9 балла), передвижение приставными шагами (в экспериментальной группе результат улучшился на 3,1 балла, в контрольной на 2,3 балла) и выбивание мяча сбоку (в экспериментальной группе результат улучшился на 2,3 балла, контрольной на 1,3 балла).

В контрольных упражнениях «выбивание мяча сбоку», «перехват мяча» и «взятие отскока» достоверных различий в приросте результатов в контрольной группе не обнаружено.

Таблица

3.2

Динамика показателей физической и технической подготовленности баскетболистов									
		12		–		13		лет	
Контрольные					испытания				
Этапы					Экспериментальная				
группа					Контрольная				
группа	(X±m	p	(X±m	p	прыжок	вверх	с	места,	см
I									35,2
	±3,5								
	<0,05								34,7
	±4,1								
	>0,05								
II									39,3
	±2,1								37,2
	±2,9	передвижение		в	защитной		стойке,		с
I									11,5
	±2,4								
	<0,05								11,8
	±1,9								
	>0,05								
II									8,7
	±1,5								10,3
	±1,7	стойка			баскетболиста,				балл
I									7,2
	±1,5								
	<0,05								7,4
	±1,7								
	<0,05								
II									9,5
	±1,9								9,7
	±2,1	передвижение		приставными		шагами,			балл

I				5,2
±1,9				
<0,05				4,9
±1,7				
<0,05				
II				8,5
±0,8				7,4
1,1	выбивание	мяча	сбоку,	балл
I				5,2
±1,1				
<0,05				5,4
±0,8				
>0,05				
II				7,5
±1,3				6,7
±1,2		перехват		мяча,
балл				
I				4,9
±0,7				
<0,05				4,7
±0,5				
>0,05				
II				8,0
1,2				5,5
±1,2	взятие		отскока,	балл
I				3,3
±0,3				
<0,05				3,5
±0,5				
>0,05				

II	7,5
±0,5	5,4
±0,7	

Перед основным экспериментом для определения теоретической технико-тактической подготовленности спортсменов экспериментальной и контрольной групп было проведено теоретическое тестирование, состоящее из 11 задач. Предварительное тестирование выявило низкий уровень теоретической подготовленности, как в экспериментальной, так и в контрольной группах.

После формирующего эксперимента теоретическое тестирование в экспериментальной группе показало следующие результаты: высокий уровень готовности (1-2 ошибки) - 5 человек, средний уровень готовности (2 – 5 ошибок) – 9 человек, низкий уровень готовности (5 и более ошибок) – 4 человека (рис. 3.6). В контрольной группе тестирование выявило высокий уровень готовности у 1 человека, средний у 7-ми и низкий у 10-ти (рис. 3.7).

Рис. 3.6. Уровень теоретической подготовленности баскетболистов экспериментальной группы на итоговом этапе обследования.

Рис. 3.7. Уровень теоретической подготовленности баскетболистов контрольной группы на итоговом этапе обследования.

До и после проведения педагогического эксперимента между контрольной и экспериментальной группами были проведены контрольные тренировочные игры для выявления влияния разработанной методики на игровые действия баскетболистов в защите в условиях соревновательной деятельности.

Во время тренировочных игр проводилось педагогическое наблюдение с целью выявления рациональности выполнения индивидуальных игровых действий баскетболистами в защите.

До педагогического эксперимента в экспериментальной группе в 45 % случаев баскетболисты действовали рационально, в контрольной группе данный показатель составил 43 %.

Однако после проведения формирующего эксперимента процентное соотношение рациональных и нерациональных игровых действий в защите в тренировочных играх изменилось: в 72 % случаев баскетболисты экспериментальной группы действовали рационально, в контрольной группе данный показатель улучшился незначительно до 54%. До педагогического эксперимента команда экспериментальной группы выиграла у контрольной с разницей в 4 очка. После формирующего эксперимента по итогам проведения тренировочной игры экспериментальная группа одержала победу с разницей в 28 очков. Таким образом, экспериментальная методика доказала свою высокую эффективность для совершенствования игровых действий баскетболистов в защите как в условиях тренировочных занятий, так и соревновательной деятельности.

ВЫВОДЫ

Анализ литературных источников показал, что в теории и методике баскетбола недостаточно внимания уделено вопросам совершенствования игровых действий баскетболистов в защите. Разработана экспериментальная методика совершенствования игровых действий в защите баскетболистов 12 – 13 лет, основанная на технологии программированного обучения. В результате формирующего педагогического эксперимента доказана эффективность экспериментальной методики. Получены достоверные данные, свидетельствующие о повышении результативности выполнения заданий по теоретической подготовке и соревновательной деятельности баскетболистов 12 – 13 лет за счет рациональности применения технических действий в защите в различных тактических ситуациях. Выявлен наибольший прирост показателей физической и технической подготовленности в экспериментальной группе по сравнению с контрольной в следующих контрольных испытаниях: прыжок вверх (4,1 см), передвижение в защитной стойке (2,8 с), перехват мяча (3,1 балла), взятие отскока (4,2 балла), передвижение приставными шагами (3,1 балла).

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Результаты исследования и их анализ позволяют предложить следующие рекомендации.

Для повышения уровня физических качеств, необходимых для выполнения игровых действий в защите на тренировочных занятиях необходимо выполнять комплексные упражнения, состоящие из различных способов передвижений игровых действий в защите. Для выявления физических качеств баскетболистов, необходимых для выполнения игровых действий в защите целесообразней использовать прыжок вверх с места и передвижение в защитной стойке.

Выявляя динамику технической подготовленности баскетболистов в течение учебного года целесообразно использовать следующие контрольные испытания: стойка баскетболиста, передвижение приставными шагами, выбивание мяча сбоку, перехват мяча, взятие отскока (определять баллы).

При определении теоретической технико-тактической готовности баскетболистов тренировочных групп следует проводить теоретическое тестирование в начале и в конце учебного года.

Для повышения результативности игровых действий баскетболистов в защите в тренировочном процессе эффективней использовать упражнения, основанные на построении алгоритма технических действий в различных тактических ситуациях (глава 3.1.).

24

игра	в	защите	против
игрока		без	мяча
перемещение	в	защитной	стойке
+			
—			
передача			
мяча			

ведение
мяча
выход на перехват мяча
игровые действия в защите
Оценка ТИС
Оценка ТИС
игра в защите против
игрока с мячом
+
—
передача
мяча
ведение
мяча
оценка ТИС
игровые действия в защите
перехват мяча
выбивание мяча
вырывание мяча
накрывание мяча
—
+
—
+
+
—
овладение
мячом
игровые действия в защите
овладение

мячом				
овладение				
мячом				
оценка				ТИС
игра	в	защите	против	заслона
Перемещение		в	защитной	стойке
Оценка		ТИС	при	заслоне
+				
–				
переключение				
проскальзывание				
перемещение		в	защитной	стойке
борьба			за	отскок
перехват				мяча
накрывание				мяча
перемещение		в	защитной	стойке
подстраховка				
при			передачи	мяча
перемещение		в	защитной	стойке
борьба			за	отскок
перехват				мяча
накрывание				мяча
перемеще				
ние	в		защитной	стойке
при			ведении	мяча
смещение			в	сторону
игрока			с	мячом
смещение			в	сторону
открывающегося				игрока
накрывание				

мяча

борьба

за

отскок

борьба

за

отскок

блокирование

нападающего

Оценка

ТИС

при

блокировании

+

—

подбор

мяча

Оценка

ТИС

передача

мяча

ведение

мяча

+

—

Оценка

ТИС

выход

на

получение

мяча

игровые действия в защите