Муниципальное 6юджетное учреждение дополнительного о6разования

Чердаклинская детско-юношеская спортивная школа

**«ИГРА В ПАС В БАСКЕТБОЛЕ**»

Тренер-преподаватель по 6аскет6олу

Мухаметшин Фирдус Юнесович

2020г.

**ОБЩАЯ СХЕМА**

Прежде чем обсуждать правила

имеющие отношение к центровым

и наружным игрокам,

обсудим

общую схему игры в пас.

* 1. Перед броском надо сделать, по меньшей мере, три передачи, если нет возможности атаковать из-под корзины.
* 2. При первых трёх передачах не следует прибегать к ведению, за исключением случаев, когда надо избежать опасности, или есть возможность прямого прохода для броска из-под корзины.
* 3. Мяч надо передавать в верхнюю зону как минимум при каждой третьей передаче.
* 4. Игроки О5,О4 и О3 основные подбирающие, а О2 выходит к щиту периодически. Игрок О1 при броске остаётся сзади.

**ПРАВИЛА ДЛЯ ЦЕНТРОВЫХ**

 1. Центровой остаётся в верхней зоне (О4) не дольше трёх секунд. Если за это время он не получит передачи, то должен поменяться местами с центровым игроком в нижней зоне (О5).

 2. Если О5 получит мяч, О4 выходит к корзине.

 3. Если О4 получит мяч, О5 выходит к корзине.

 4. Получив мяч в верхней зоне (О4), центровой поворачивается к корзине, удерживая мяч над головой, и ищет взглядом партнёра в нижней зоне (О5). Если нельзя передать мяч в нижнюю зону, он должен передать его наружу, на другую сторону площадки.

 5. Если защита позволяет, игрок в верхней зоне может выполнить бросок или пройти к корзине. Основной целью получения мяча в верхней зоне, является перевод атаки на другую сторону площадки.

 6. Игрок в верхней зоне всегда должен находиться в одной передаче от мяча.

 7. После передачи наружу, игрок в верхней зоне (О4) должен выбрать одно из следующих действий: а) выйти к корзине; б) поставить заслон (обычно центровому игроку в нижней зоне О5); в) поставить заслон для игрока с мячом.

 8. После того, как центровой в верхней зоне (О4) передаст мяч наружу , центровой в нижней зоне может поставить для него заслон, облегчая ему выход к корзине.

 9. Когда центровой в нижней зоне (О5)получит мяч, его первая обязанность посмотреть, нельзя ли атаковать корзину. Затем он смотрит на партнёра выходящего к корзине из верхней зоны.

 10. При броске оба центровых игрока выходят к корзине для подбора.

 11. Когда дриблер двигается в направлении любого центрового, тот должен поставить заслон для дриблера, или сместиться к корзине.

 12. В 75% случаев центровой игрок в нижней зоне (О5) должен играть на дальней от мяча стороне площадки, помогая освобождаться партнёрам, выходящим в направлении мяча.

**ПРАВИЛА ДЛЯ НАРУЖНЫХ ИГРОКОВ
(ИГРОКОВ ПЕРИМЕТРА)**

1. ИГРОК С МЯЧОМ:

* Сначала смотрит на центрового игрока в верхней (О4), или нижней (О5) зоне.
* Пытается использовать заслон, если он поставлен.
* Пользуется ведением только после трёх командных передач.
* Действует быстро, не удерживая мяч дольше двух секунд.
* Не бросает мяч в корзину до тех пор, пока хотя бы раз не побывал у центрового игрока.

2. ВЫБОР ПОСЛЕ ПЕРЕДАЧИ:

* Передача и рывок к корзине.
* Передача и рывок к игроку без мяча для постановки заслона.
* Передача и рывок к мячу для игры с заслоном.
* Передача и перемещение по периметру расстановки.
* Передача и рывок к лицевой линии вне зоны корзины.

3. ИГРОК БЕЗ МЯЧА:

* Следит, когда надо начать движение к мячу, если он является логическим получателем мяча.
* Двигается! Никогда не остаётся в одной позиции дольше двух секунд. По возможности ставит заслоны для партнёров без мяча.
* Если защитник мешает ему получить мяч, делает рывок к корзине или устанавливает заслон для игрока без мяча.
* Когда приближается дриблёр, ставит заслон для дриблёра, или смещается по периметру, или делает рывок к корзине.
* Смотрит, нельзя ли использовать центрового игрока в нижней зоне в качестве заслона, из-за которого можно сделать бросок.
* Избегает сближения с партнёрами без мяча, кроме тех случаев, когда ставит заслон.
* Избегает занимать позицию на вершине области штрафного броска, оставляя её для центрового игрока.

**НЕЗНАЧИТЕЛЬНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ, В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВИДА ЗАЩИТЫ**

 1. Тип защиты может влиять на выбор между смещением по периметру расстановки и постановкой заслона. Заслоны обычно чаще используются против личной защиты, а смещения по периметру против зонной.

 2. Когда мы встречаемся с личной защитой, то предпочитаем более быстрое движение мяча и игроков, чем при встрече с зонной защитой.

 3. Против личной защиты наружный игрок О3, или даже О2 будут иногда меняться местами с игроком в позиции центрового О4. Для такой смены эти игроки должны быть примерно равных способностей. По понятной причине, эта тактика имеет мало смысла против зонной защиты.

 4. Против зонной защиты чаще используются проходы с ведением и последующей откидкой мяча наружу.

 5. Против зоны центровые меняют позиции не столь часто. Центровой О4 может получить мяч дважды, прежде чем начнёт смещение