

ПОКАЗНИКИ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ НАПАДНИКІВ NBA

ГОЛОВКО А.М. – старший викладач кафедри спеціальної фізичної та вогневої підготовки

СТРИКАЛЕНКО Є.А. – к.фіз.вих., доцент, завідувач кафедри олімпійського та професійного спорту

ШАЛАП О.Г. – к.пед.н., доцент

ХРУЛЕНКО І.В. – студент 5 курсу факультету фізичного виховання та спорту

Херсонський державний університет

Херсонський факультет одеського державного університету внутрішніх справ

Анотація. У статті проаналізовано техніко-тактичні дії форвардів, що виступають в клубах національної баскетбольної асоціації. Доведено, що на показники техніко-тактичних дій впливають анатомо-фізіологічні особливості організму; тривалість проведення сезону, що дає можливість обрання більшого досвіду, який впливає на стиль гри форвардів; фізична, технічна та індивідуальна підготовка баскетболістів.

Ключові слова: баскетбол, оцінка, кидки, передачі м'яча, перехоплення, підбирання м'яча, фоли, втрати м'яча.

Вступ. Сучасний баскетбол знаходиться в стадії бурхливого творчого підйому, направлено на активізацію дій, як в нападі, так і в захисті. Техніка гри в баскетбол різноманітна. Найважливішим технічним прийомом є кидки. Від точності кидка, в кінцевому рахунку, залежить успіх у грі. Основними гравцями в баскетболі які багато кидають та вмють майже все є гравці нападаючого плану, це такі позиції як атакуючий захисник (АЗ) та легкий форвард (ЛФ). Атакуючий захисник – це той гравець, який має і вміє атакувати, і набирати очки. Часто атакуючий захисник кращий снайпер команди. Захист завжди прагне зупинити кращих снайперів, тому стягнувши на себе увагу захисту, атакуючий захисник може легко знайти передачею партнера. Вміння захисника віддати результативну передачу – серйозна якість, що робить гравця набагато ціннішим та сильнішим. Легкий форвард – основним завданням для такого гравця, як і для атакуючого захисника є набір очок, але на відміну від захисників, гравці нападу володіють більш високим зростом отже, краще підбирають м'яч і блокують кидки. Легкі форварди, як правило, володіють хорошим кидком практично з усіх дистанцій [1, 2, 3].

Мета дослідження: дослідити техніко-тактичні дії форвардів, що виступають в командах NBA.

Методи та організація дослідження. В ході дослідження ми спостерігали всі техніко-тактичні дії нападників як в нападі так і в захисті та обрали ті між якими в ході дослідження відбувалось порівняння (кидок, підбирання, результативна передача, фол, перехоплення, втрата, блок-шот, очки). За допомогою методів математичної статистики, ми прорахували середні



показники по вище перерахованим техніко-тактичним діям за підсумками всіх проаналізованих ігор.

До контингенту досліджування було обрано з NBA 4 кращих нападників з 4-х різних команд які займають провідні місця в своїх конференціях та дивізіонах. Всі баскетболісти мають приблизно однакові антропометричні дані. Так в ході дослідження ми спостерігали за форвардами команд зі сходу – Атланта «Хоукс» та Клівленд «Кавальєрс», із заходу Голден-Стейт «Ворріорс» та Сан-Антоніо «Сперс». З кожної команди було обрано по одному гравцю. З Атланти – Пол Мілсеп, з Клівленда – Леброн Джеймс, з Голден-Стейт – Клей Томпсон, з Сан-Антоніо – Кауай Леонард.

Результати дослідження та їх обговорення. Протягом подальшого дослідження ми визначили такі техніко-тактичні дії гравців як підбирання та результативна передача, які наведені на рисунку 1.

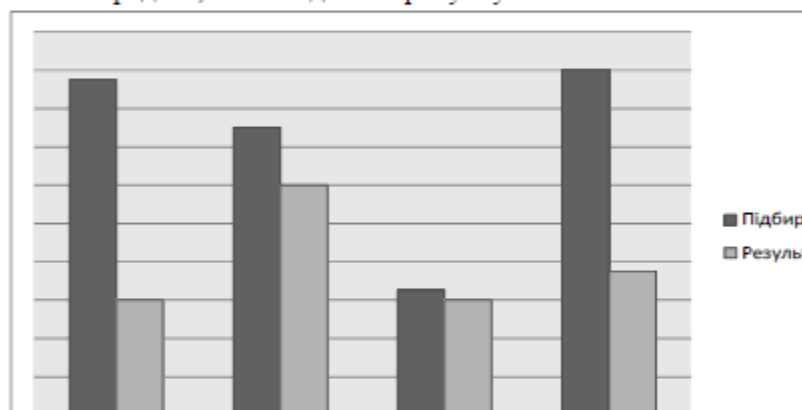


Рис. 1. Статистичні показники кількості підбирань та результативних передач форвардів NBA

Аналізуючи дані показники ми бачимо, що лідером за підбиранням є наймолодший гравець, з досліджуваного контингенту, Кауай Леонард з результатом у 9 підбирань, який в свою чергу виконує доволі таки не поганий показник по результативним передачам – 3,75.

Дещо нижчі показники підбирань м'яча має гравець з команди Атланта «Хоукс» – Пол Мілсеп, який протягом гри в середньому робить 8,75 підбирань за гру, та віддає 3 результативні передачі.

Один з провідних гравців сучасності, який неодноразово отримував титул найкориснішого гравця NBA, Леброн Джеймс в середньому за гру робить 7,5 підбирання при чому більшість з яких припадає на підбирання в нападі. Стосовно побудови дій команди в нападі зазначимо, що після 6 передач виконаних Джеймсом м'яч потрапляє у кошик, що для форвардів є доволі непоганим показником.

Наймінімальніші показники за даними техніко-тактичними діями показав Клей Томпсон з результатом 3,25 підбирань, та 3 результативні передачі в



середньому за гру. Проте тренерський штаб команди використовує його більше як 2-го номера (атакуючого захисника), що вимагає суттєвого відсунення його від кошика. Також необхідно зазначити, що даний гравець має відмінний показник влучання з дальньої дистанції.

В ході подальшого дослідження нами були визначені такі техніко-тактичні дії гравців як перехоплення та блок-шот, які наведені на рисунку 2.

Перехоплення та блок-шот є одними з основних техніко-тактичних показників в захисних діях команди. Аналізуючи отримані в ході дослідження дані зазначимо, що по 2,5 перехоплень має Леброн Джеймс, та молодий, перспективний гравець, який вже має в своєму активі приз MVP (Most Valuable Player) в фіналі – Кауай Леонард.

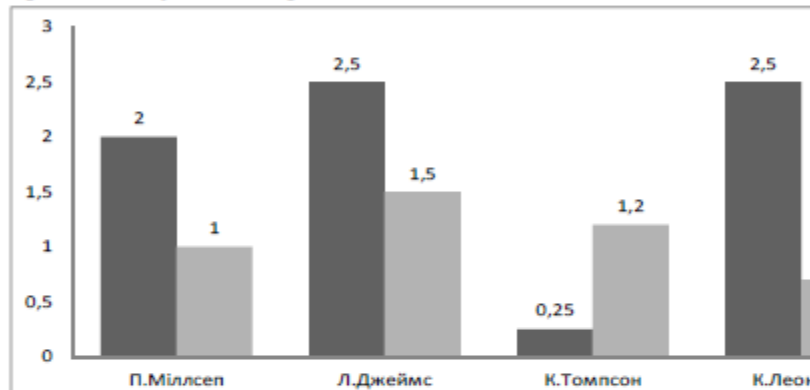


Рис. 2. Статистичні показники кількості перехоплень та блок-шотів форвардів NBA

Пол Мілсеп характеризується незначно меншими показниками по перехопленням – в середньому 2 за гру. Взагалі 2 і більше перехоплень за гру дуже добрий результат, адже кращий показник за всю історію NBA має Елвін Робертсон – 2,71 перехоплень за всю кар'єру.

Подібно до попередніх порівнянь найменший показник за перехопленнями має Клей Томпсон з результатом – 0,25 раз за гру.

Блок-шоти за виконанням найбільш складні та ефективні технічні прийоми. Для ефективного їх застосування необхідна гарна фізична підготовленість, розуміння моменту який найбільш сприятливий для виконання стрибка та майстерність його виконання.

Лідером за блоками є Леброн Джеймс, який виділяється у всій лізі своїми антропометричними даними в поєднанні з фізичною підготовленістю, виконуючи при цьому 1,5 блоки за гру, що є не поганим результатом. К. Томпсон має 1,2 блоки за гру, П. Мілсеп 1 блок-шот за гру. Та виконуючи приблизно майже 1 блок за гру, а точніше 0,7 блоків – К. Леонард.



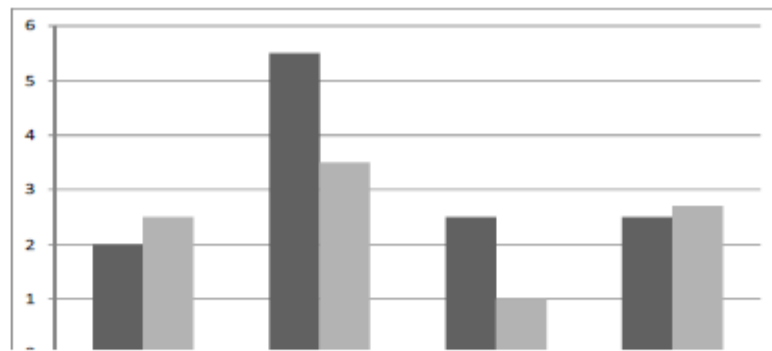


Рис. 3. Статистичні показники кількості втрат та фолів нападників NBA

Аналізуючи кількісні результати за втратами м'яча та кількістю отриманих фолів зазначимо, що Леброн Джеймс має в своєму активі 5,5 втрат м'яча за гру. Проте це обумовлено тим, що на його плечі майже в кожному матчі покладено велику відповідальність, буває навіть, що Леброн може всю гру грати на позиції 1-го (розігруючого захисника) номера, тобто виконувати функції поинтфорварда, що потребує великої відповідальності та відповідних навичок.

Інші досліджувані мають середній показник втрат по лізі: Клей Томпсон і Хауай Леонард здійснюють по 2,5 втрати м'яча в середньому за гру, а Пол Мілсеп 2 втрати, що притаманно при його стилі гри.

Найбільше на своїх суперниках порушує правила гри Леброн Джеймс в активі якого 3,5 фолі за гру. Практично однакові показники мають Хауай Леонард (2,7 фолі за гру) та Пол Мілсеп (2,5 фолі). Найбільш дисциплінованим баскетболістом на майданчику з числа тих хто приймав участь в дослідженні є К. Томпсон, здійснюючи приблизно всього 1 фол в середньому за гру.

В ході подальшого дослідження ми визначили кількість набраних очок за гру та середній час проведений на майданчику, які наведені на рисунку 4.

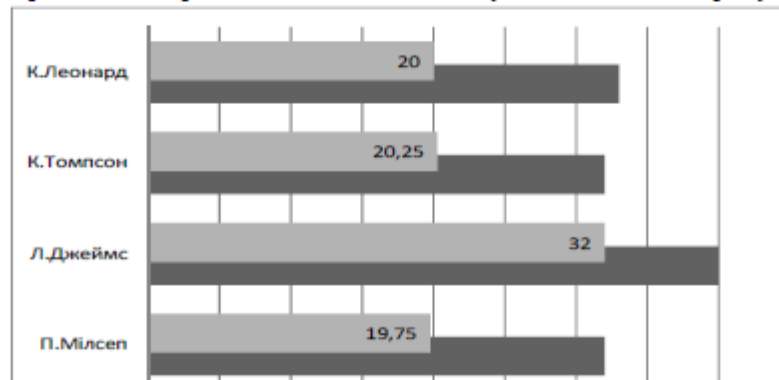


Рис. 4. Статистичні показники кількості очок та зіграних хвилин нападників NBA



В ході дослідження встановлено, що найбільше частину часу відведеного для гри на майданчику, отримує один з найцінніших гравців ліги Леброн Джеймс. За 40:03 хв. відведених йому, він встигає набрати 32 очки в середньому за гру, що вважається відмінним результатом. Кауай Леонард за 33:12 хв. в середньому за проведення часу на майданчику, відмічається в середньому 20 очками за гру. Майже однаковий час гри мають Пол Мілсеп – 32:04 хв. та Клей Томпсон – 32:01 хв. Мілсеп за цей час встигає накидати в середньому 19,75 очок в кошик суперника, а Клей незважаючи на менший час проведення на майданчику встигає набрати 20,25 очок в середньому за гру.

В ході подальшого дослідження ми визначили відсоток влучання, з-за триочкової лінії, середній кидок та штрафні, які наведені на рисунку 3.5.

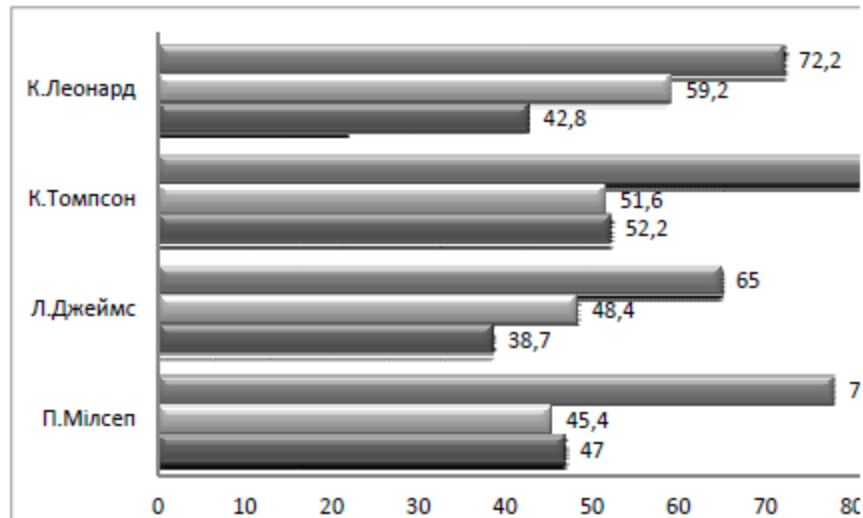


Рис. 5. Показники реалізації кидків з різної дистанції нападників NBA

Аналізуючи результати видно, що відсоток влучань м'яча в кошик з різних дистанцій відрізняється. З дальньої дистанції (7,25м) найкращий відсоток має Клей Томпсон, який реалізує 52,2%, що вважається відмінним результатом. 47% влучань з-за трьох очкової лінії відмічається в грі Пола Мілсепа. Не поганий відсоток влучань демонструє Кауай Леонард реалізувавши 42,8% з усіх кидків з дальньої дистанції в середньому за гру. Найменший відсоток влучань з-за трьох очкової лінії має Леброн Джеймс. Йому завжди надають право вирішального кидка, якщо в грі трапилася така ситуація.

З середньої дистанції та з-під кошика найкращим відсотком володіє К. Леонард – 59,2%, що вважається відмінним результатом. 51,6% влучань в своєму активі має К. Томпсон, який виконує кидки з середньої дистанції інколи рідше ніж з-за трьох очкової лінії. Л. Джеймс реалізує 48,4% кидків з середньої дистанції, в основному з проходів під кошик. 45,4% має П. Мілсеп, який більшу кількість очок набирає в жорстокій боротьбі під кошиком.



З штрафної лінії, з якої за одне влучання дається 1 очко, найкращий відсоток влучань має Клей Томпсон з показником у 83,3%. Пол Мілсеп реалізує 78% штрафних кидків, що є дуже важливим саме для його стилю гри. Найнижчі показники відмічені в Кауая Ленарда (72,2 %) та у Леброна Джеймса – 65% влучань з штрафної лінії.

Висновок. Найголовнішими аспектами в роботі з баскетболістами високого класу є техніко-тактична підготовка та висока тренованість організму. До складу техніко-тактичних показників протягом змагальної діяльності належать: кидок, ведення, передача, захист, тактика нападу. Дослідивши дані баскетболістів зазначимо, що: по-перше, на показники техніко-тактичних дій впливають анатомо-фізіологічні особливості організму; по-друге, тривалість проведення сезону, що дає можливість обрання більшого досвіду, який впливає на стиль гри баскетболіста; по-третє, на показники впливає фізична та індивідуальна підготовка баскетболістів.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з визначенням особливостей техніко-тактичних дій гравців інших ігрових амплуа, вивченням змісту підготовки нападаючих гравців в баскетболі як в американському так і в європейському чемпіонаті.

Список використаної літератури.

1. Гомельский А.Я. Все о баскетболе / А.Я. Гомельский. - М.: Академия, 2000. – 289 с.
2. Данилов В.А. Повышения эффективности игровых действий в баскетболе: Автореферат дис. на получение науч. степ. доктора пед. наук / В.А. Данилов. — М.: ФАИР, 2000. – 43 с.
3. Джон Р. Вуден Современный баскетбол / Вуден Р. Джон. — М.: Физкультура и спорт, 1989. – 256 с.
4. Кочубей Ю.О., Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г. Аналіз фізичної підготовленості баскетболістів високого класу // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт» 36. наукових праць/ За ред. Г.М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. – Випуск 6 (49) 14. – С. 55-63

