

**Особенности технико-тактической подготовки
к стремительному нападению у баскетболисток**

Баранова И.И., Кравченко В.Н., Петровская О.Г.
Белорусский национальный технический университет

Комплексное применение технической и тактической подготовки в женском баскетболе имеет ряд особенностей: гендерные, индивидуальные и специфические по игровому амплуа. Они базируются на основе психофизических возможностей спортсменки и тесно связаны с показателями сенсомоторного реагирования. Поскольку действия игроков взаимосвязаны и обусловлены единой целью, актуальным является разработка средств и методов, способствующих совершенствованию игрового взаимодействия. Командные действия в нападении направлены на согласованное взаимодействие всех игроков команды против защиты соперника с целью создания оптимальных условий для взятия корзины. Классификация командных тактических действий в нападении предусматривает позиционное, с системой игры без центрального и через центрального игрока, и стремительное нападение с системой эшелонированного и быстрого прорыва. Прогресс игры в скоростном аспекте, наряду с другими факторами, во многом определяется систематическим применением быстрого прорыва. Совершенствование эффективности быстрого прорыва, как вида скоростного нападения, является одним из ключевых моментов комплексной технико-тактической подготовки.

Проведенное исследование включало развитие специальных качеств средствами специальной физической подготовки; наигрывание тактических комбинаций с учетом вариантов использования быстрого прорыва путем повторения; отработка согласованности действий игроков (формирование взаимопонимания) путем создания неопределенности игровой ситуации. Критерием оценки эффективности разработанной программы являлись показатели тестов и результаты соревновательной деятельности.

Полученные данные показали, что тренировочная работа по совершенствованию скоростного нападения способствовала увеличению количества случаев применения быстрого прорыва на 4,7 % и достоверному повышению результативности его использования на 3,9 %, а развитие специальных качеств способствовало улучшению результатов в челночном беге 4×9 м на 1,7 %, а в беге на 20 метров – на 2,1 %.