

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

**ТЕМА:** «КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ БАСКЕТБОЛА»

**ПОДГОТОВИЛА:** СТУДЕНТКА ГРУППЫ Д-109

**ЗАВИЖЕНЕЦ АЛЁНА ВИТАЛЬЕВНА**

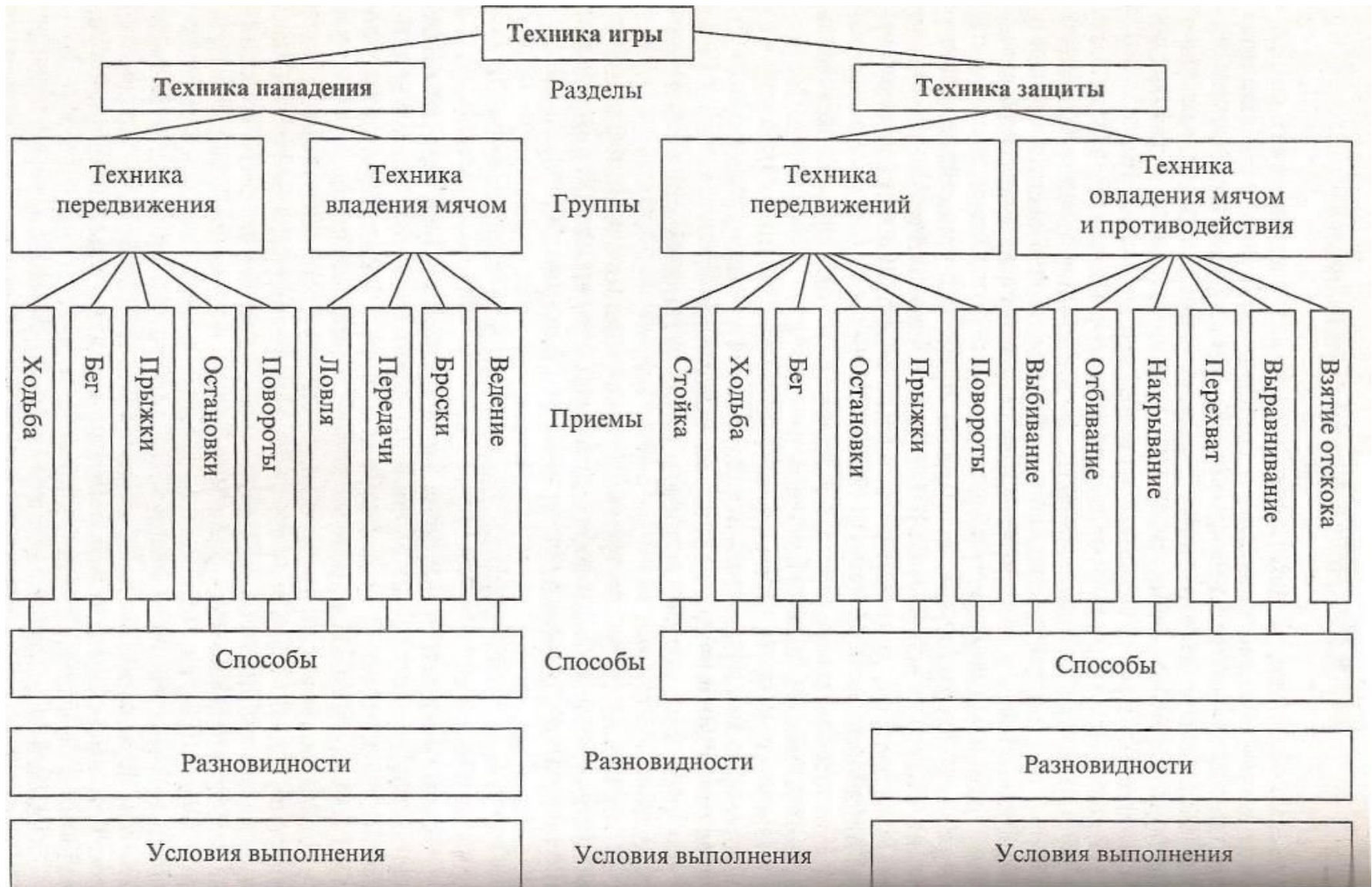
**ПРОВЕРИЛ ПРЕПОДАВАТЕЛЬ:**

**ПОЛИВАЧ АЛЕКСАНДР НИКОЛАЕВИЧ**

# ТЕХНИКА ИГРЫ

Техника игры — это сложившаяся в процессе развития баскетбола совокупность приемов позволяющих наиболее успешно решать конкретные соревновательные задачи.

# ТАКТИКА ИГРЫ



# ТЕХНИКА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

Бег

Прыжки

Повороты

Остановки

# ТЕХНИКА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

Передвижения — основа техники баскетболистов.

- ❖ С помощью приемов игрок может правильно выбрать место, оторваться от опекающего его противника и выйти в нужном направлении для последующей атаки
- ❖ достичь наиболее удобных, хорошо сбалансированных исходных положений для выполнения других приемов
- ❖ от правильной работы ног при передвижениях и от соблюдения равновесия зависят эффективность многих технических приемов с мячом

# ТЕХНИКА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

## ■ БЕГ

Бег занимает в игре большое место и является главным средством передвижения в баскетболе.

### Отличия бега в баскетболе от легкой атлетике

Игрок должен уметь в пределах площадки выполнять

- ускорения из многообразных стартовых положений, в любом направлении, лицом или спиной вперед,
- быстро изменять направление и скорость бега (рывок)

# ТЕХНИКА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

## ■ БЕГ

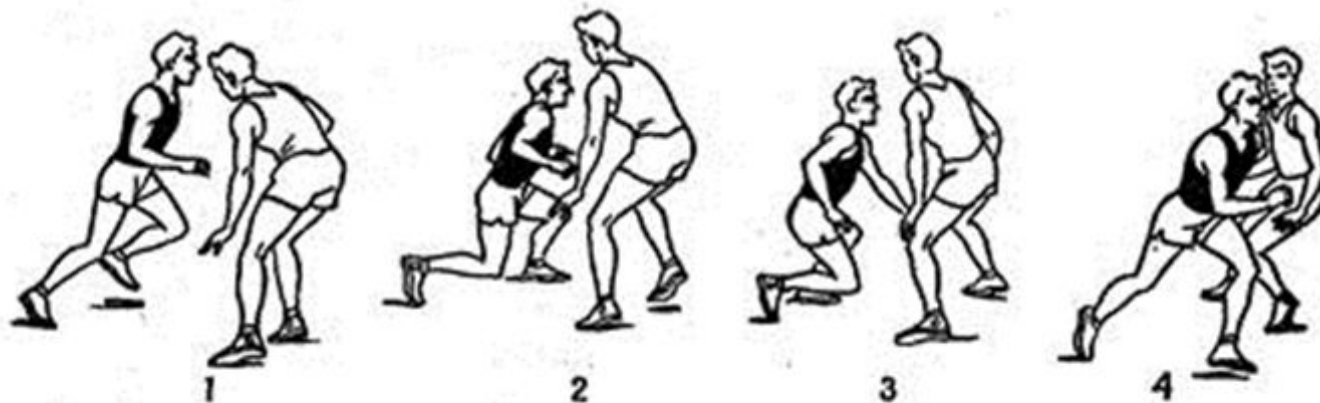


Рис. 4. Изменение направления бега



Рис. 3. Рывок

# ТЕХНИКА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

## ■ ПРЫЖКИ

Прыжок толчком двумя ногами

Прыжок толчком одной ногой





# ТЕХНИКА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

## ■ ОСТАНОВКИ

С помощью  
прыжка

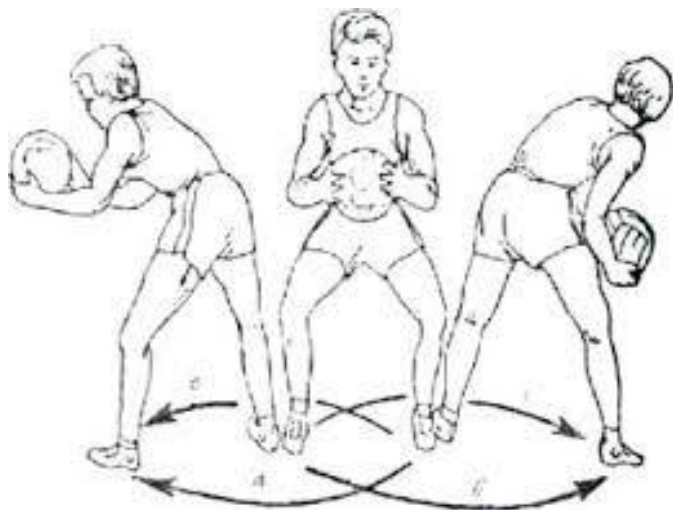


С помощью двух ног



# ТЕХНИКА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ : ПОВОРОТЫ

Поворот на месте



Поворот в движении

