

## Група 11

### Урок 61-62

Викладач Свириденко О.В.

## Елементи гри в баскетбол

### Передача

Одним з найважливіших і найбільш технічно складних елементів баскетболу є передача м'яча. Це найголовніший елемент в грі розігруючого захисника. Основа чіткого, цілеспрямованої взаємодії баскетболістів у грі це точна передача м'яча. Результативні передачі, тобто пас гравцеві, який вражає кільце суперника, враховуються при складанні фінального протоколу гри.



Гравець, який віddaє пас, віdpovіdaє за своєчасність, точність, швидкість передачі, її раптовість для суперників і за зручність обробки м'яча. При передачі м'яча впевненість є дуже важливим фактором. При цьому слід дотримуватися основного правила - "Не впевнений - не давай" і "Винен той, що дає." Гравець, який передає м'яч, несе віdpovіданість за те, щоб переданий м'яч точно дійшов до адресата. Згідно зі статистикою 95% випадків перехоплень і втрат винен гравець, який передає пас.

Простота це ключ до вміння робити точні передачі. Хороший пас повинен бути легким і позбавленим напруги. Такі паси виконуються з відстані 1,5 - 5,5 м, більш далекі паси можуть бути перехоплені суперником. Виконуючи передачу і прийом м'яча необхідно мати повний огляд поля і осмислення ігрової ситуації. Хороший гравець повинен володіти тактичним мисленням і віdmіnnim periferичним зором.

Основні способи передачі м'яча в баскетболі:

- Пас від плеча;
- Пас від грудей;
- Пас з-за голови;
- Паси знизу, збоку, з рук в руки.

**Передача від грудей** є найефективнішим і найбільш поширенім способом передачі м'яча партнерам, поки між гравцями по команді немає суперників. Тримати м'яч слід близько до грудей і штовхають його вперед, випрямляючи зап'ястя таким чином, щоб

кисті рук розгорнулися. Після виконання кидка великі пальці рук повинні опинитися внизу, а тильні сторони долоні повинні бути поверненими один до одного. Кидок слід виконувати так, щоб м'яч летів в напрямок грудей приймаючого. Зазвичай м'яч направляється по прямій - це найшвидший спосіб передачі м'яча своєму партнерові.

**Передача з відскоком.** При цій передачі м'ячем вдаряють об підлогу ігрового майданчика, перед тим як він досягне партнера. Не всім захисникам вдається перехопити м'яч, який вдаряється об підлогу, тому в багатьох випадках дуже корисна передача з відскоком. У ситуації, коли нападник опинився в невигідному положенні або не хоче робити передачу поруч із захисником, а партнер по прийому м'яча опиняється у вигідній позиції для результативного кидка, передача з відскоком може виявитися найкращим варіантом. Така передача змушує захисника приймати неприродну позу, при якій він змушений зігнути корпус, щоб дістати м'яч, який проноситься поруч з ним.

**Передача над головою.** При виконанні такої передачі приймаючий гравець повинен отримати м'яч на рівні свого підборіддя або вище. Якщо передача виконана зверху вниз, то м'яч опускається до пояса приймаючого сильно сковуючи руки приймаючого, якому важко вирішити яким чином прийняти м'яч - тримаючи великі пальці рук вгору або вниз.

**Передача з-за спини.** В цьому випадку виконується передача, при якій передавальний бере м'яч в руку, зазвичай це кидає рука і обводить його навколо свого корпусу за спину. І після цього виконує передачу своєму гравцеві, при цьому в той час поки м'яч переноситься назад, пасуючий встигає заблокувати приймаючого.

Існує також ряд "прихованих" передач, які доцільно використовувати в умовах активного захисту супротивників, і вони дають можливість замаскувати дійсний напрям пасу. Рухи, які виконує гравець, для передачі м'яча своєму гравцеві частково приховані від очей опікаючого противника і в деякій мірі є для нього повною несподіванкою. У грі застосовуються такі види "прихованых" передач: передача за спину, передача через спини, передача під рукою, іноді навіть передача з-під ноги. Для виконання "прихованых" передач характерний короткий замах, для виконання якого потрібно мінімум часу, і потужне завершальне рух кисті і пальців рук. Залежно від ігрової ситуації, відстань, на яке треба послати м'яч партнеру, розташування або напрямку руху гравця по команді, способів і характеру протидії суперників гравець повинен сам вирішити яким способом передачі м'яча йому скористатися.

**Кращі гравці за результативними передачами.** Такі визнані майстри, як Оскар Робертсон, Джон Стоктон, Меджік Джонсон і Боб Коузі, вважаються самими кращими розфасовниками в НБА. Так Джон Стоктон встановив рекорд за кількістю результативних передач за час своєї кар'єри - 15,806. Рекорд за кількістю результативних передач за гру - 11.2 утримує Меджік Джонсон, а Джон Стоктон утримує друге місце з результатом 10.5. Стоктону також належить рекорд за кількістю зроблених результативних передач за сезон - 14.5. Джексон, Стоктон і Джексон по амплуа є атакуючими захисниками.

За результативними передачами в Суперлізі А лідером на сьогоднішній день є Дженнер Паргу (Динамо Москва) - 5.4 передачі в середньому за гру.

Кращими гравцями за результативними передачами на поточний момент в НБА вважаються: Стів Неш, Кріс Пол, Джексон Кідд, Аллен Айверсон, Берон Девіс, Хосе Кальдерон, Дерон Вільямс, Леброн Джеймс і Дуайн Уейд.