

УДК 796

## АНАЛИЗ ТЕНДЕНЦИЙ РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛА И ПРИМЕНЕНИЕ ПЕРЕДОВОГО ОПЫТА В СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД (НА ПРИМЕРЕ ТРЕХОЧКОВОГО БРОСКА)

**Чуфистов Кирилл Сергеевич**, студент, направление подготовки 08.03.01 Строительство, Оренбургский государственный университет, Оренбург  
e-mail: cptdomato13247@gmail.com

Научный руководитель: **Зиамбетов Вадим Юсупович**, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания, Оренбургский государственный университет, Оренбург  
e-mail: ziambetov@mail.ru

**Аннотация.** В статье дается краткое описание и анализ развития баскетбола высокого уровня, мирового уровня совершенного спортивного мастерства. На основании примеров представлены особенности творческого подхода, которые кардинально повлияли на развитие баскетбола. Показано влияние отдельного спортсмена на развитие всего вида спорта на примере Стефена Карри, а также других игроков в истории развития баскетбола. Даются рекомендации по подготовке студенческих спортивных команд по баскетболу с активным применением трёхочкового броска для повышения результативности игры. Автор предполагает, что такой подход в поиске путей решения тупиковых ситуаций в развитии студенческого баскетбола позволит легко и наиболее быстро выйти из кризисной ситуации по другим направлениям спортивной подготовки баскетболистов, а также в развитии всего вида спорта в целом.

**Ключевые слова:** баскетбол, Стефен Карри, студенческий баскетбол, трёхочковый бросок, спортивная подготовка.

**Для цитирования:** Чуфистов К. С. Анализ тенденций развития баскетбола и применение передового опыта в спортивной подготовке современных студенческих команд (на примере трёхочкового броска) // Шаг в науку. – 2022. – № 1. – С. 92–95.

## ANALYSIS OF BASKETBALL DEVELOPMENT TRENDS AND APPLICATION OF BEST PRACTICES IN SPORTS TRAINING OF MODERN STUDENT TEAMS (ON THE EXAMPLE OF A THREE-POINT SHOT)

**Chufistov Kirill Sergeevich**, student, training program 08.03.01 Construction, Orenburg State University, Orenburg  
e-mail: cptdomato13247@gmail.com

Research advisor: **Ziambetov Vadim Yusupovich**, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education, Orenburg State University, Orenburg  
e-mail: ziambetov@mail.ru

**Abstract.** The article provides a brief description and analysis of the development of high-level basketball, world-class perfect sportsmanship. The examples show the features of a creative approach that have radically influenced the development of basketball. The influence of an individual athlete on the development of the entire sport is shown on the example of Stephen Curry, as well as other players in the history of the development of basketball. Recommendations are given on the preparation of student sports teams in basketball with the active use of a three-point throw to increase the effectiveness of the game. The author suggests that such an approach in finding ways to solve dead-end situations in the development of student basketball will make it possible to easily and most quickly get out of a crisis situation in other areas of sports training for basketball players, as well as in the development of the entire sport as a whole.

**Key words:** basketball, Stephen Curry, student basketball, three-point shot, athletic training.

**Cite as:** Chufistov, K. S. (2022) [Analysis of basketball development trends and application of best practices in the sports training of modern student teams (on the example of a three-point shot)]. *Shag v nauku* [Step into science]. Vol. 1, pp. 92–95.

По нашему мнению, сегодня в нашей стране баскетбол испытывает некоторый застой в развитии и это естественный этап в развитии любой отрасли,

сферы, виде деятельности. Чтобы его преодолеть, необходимы свежие, а порой и революционные идеи, и это актуально для современного отече-

ственного баскетбола [4]. Аналогичная ситуация и в студенческом баскетболе [6]. Часто возникает противоречивая ситуация, когда игра интенсивная и упорная, а заканчивается с низким результатом по очкам. Для нахождения путей выхода из сложившейся ситуации мы решили обратиться к мировому опыту в развитии баскетбола, где ведущую роль играет баскетбол в Соединенных Штатах Америки (США) [3]. Мы предположили, что анализ наиболее передовых идей и способов повышения результативности игры поможет выработать рекомендации для спортивной подготовки студенческих команд по баскетболу на современном этапе [1].

Целью является совершенствование процесса подготовки студенческих баскетбольных команд на современном этапе. Исходя из цели, мы ставим перед собой следующие задачи: анализ современных тенденций развития баскетбола; выработка рекомендаций по подготовке баскетболистов на современном этапе.

Также мы предполагаем, что наша работа даст некий толчок в развитии нашего баскетбола, направление или вектор мышления спортсменов и тренерского состава.

Напомним, что баскетбол появился в далёком 1891 году благодаря Джеймсу Нейсмиту – преподавателю в Спрингфилдской Школе Ассоциации Молодых Христиан – как средство, которое должно привнести в занятия физической культурой разнообразие, так как в те времена студенты выполняли только скучные гимнастические упражнения, то есть возникновение баскетбола тоже является результатом поиска выхода из кризиса в физкультурно-спортивной деятельности студентов. С момента первой публикации правил баскетбола Джеймсом Нейсмитом 15 января 1892 года и начинается история игры с мячом.

Первые 13 пунктов правил, опубликованные в школьной газете, существенно отличаются от сегодняшних правил, ведь Джеймс Нейсмит многое не мог предусмотреть. Игроки пытались развивать игру, а некоторые обходили существующие правила [7]. Экспериментальным путём в ходе развития было установлено множество новых правил. Так появились дриблинг, время на атаку, правило 10 и 3 секунд, тройное судейство, уменьшение времени владения мяча в тыловой зоне и многое другое [5].

И в каждом поколении были очень значимые для игры баскетболисты, смотря на которых тенденции игры менялись, правила переписывались. Например, по имени Шакила О'Нила названа стратегия «Nash-A-Shaq» – совершение умышленных фолов с целью снижения очков соперника. Впервые её использовал тренер команды «Dallas Mavericks» Дон Нельсон, приказавший игрокам совершать личные фолы на протяжении всей игры против выбранных противни-

ков, плохо совершающих штрафные броски. Одним из таких соперников был Шакил, из-за чего и появилось название. Другой пример – Джордж Майкен. Из-за его большого роста (208 см) и веса (114 кг) он доминировал на площадке среди малорослых игроков, поэтому команды старались просто не дать мяч в руки соперника, а особо наглые игроки сидели на мяче, когда их команда побеждала. Но смотреть на такую игру было не особо интересно, и поэтому ввели правило, наказывающее игроков, слишком долго держащих мяч. Казалось бы, за сто лет все стратегии и правила должны были выработаться и закрепиться, но в 2009 году в Национальную баскетбольную ассоциацию (НБА) приходит Стефен Карри.

Мы знаем этого игрока как трёхкратного чемпиона НБА, первого и единственного единогласного MVP (Most Valuable Player – самый ценный игрок), игрока с процентом попадания трёхочковых 43,3%. Игрока, повлиявшего своим стилем игры на весь современный баскетбол. Однако его история сильно отличается от историй типичных звезд баскетбола. Стефен родился в обеспеченной семье, имеющей непосредственное отношение к баскетболу, ведь его отец был профессиональным игроком НБА, выступающим за «Charlotte Hornets». Поэтому Стефен с детства проявлял интерес к игре. Он хорошо показывал себя на школьном уровне, но многие скауты (люди, ищущие перспективных игроков для университетов и НБА) не ставили Стефена высоко в рейтинге, недооценивая его потенциал и считая его физически неударенным [2]. Единственный университет, обративший внимание на будущую звезду, находился в г. Дэвидсон. В студенческой команде этого университета Карри проводит 3 игровых сезона, показывая отличные результаты. За 3 сезона Стефен реализовывает 414 трёхочковых со средним процентом 41,1%, ярко показывая свой потенциал. И в 2009 году его приглашают в «Golden State Warriors».

В НБА Стефен вывел свой трёхочковый бросок на новый уровень, ранее невиданный в НБА. За первые 4 года в лиге Карри существенно прогрессирует, из года в год улучшая личную статистику: с 17,5 очков средним за игру в первом сезоне до 22,9 – в четвертом. Это сказывается и на команде, ведь впервые за долгое время процент побед переваливает за отметку в 50%, что способствует выходу команды в плей-офф. Спустя ещё 2 года «Golden State Warriors» становятся чемпионами НБА впервые с 1975 года. На следующий год, благодаря Стефену, команде удается поставить рекорд по победам и поражениям в регулярном чемпионате в соотношении 73:9, тем самым сдвинув рекорд «Chicago Bulls» во главе с Майклом Джорданом на 2 место. Впоследствии Карри установит много статистических рекордов, например наибольшее количество реализованных трёхочковых бросков за регулярный чемпионат – 402 броска. Для сравнения, прошлый

рекорд принадлежал Рэю Аллену и составлял только 269 результативных бросков<sup>1</sup>.

На рисунке 1 показаны все места на площадке,

из которых совершал броски Стефен Карри в рекордном сезоне 2015–16 гг. и процент их результативности.

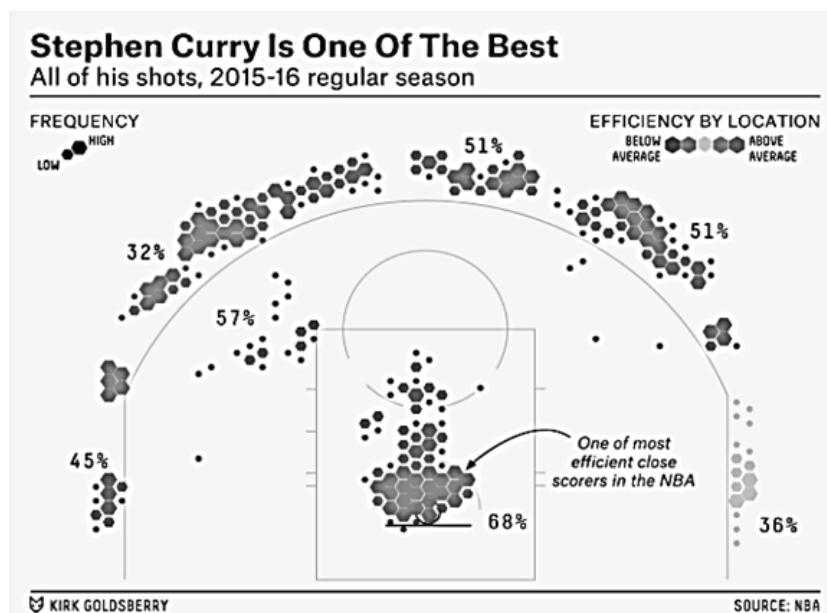


Рисунок 1. Реализация бросков Стефана Карри с различных точек на площадке в спортивном сезоне 2015–16 гг.

Источник: представлено автором из интернет-ресурса<sup>2</sup>

На нем видно, что его талант не ограничивается точными бросками за трёхочковой линией, ведь его процент завершения атак у кольца составляет 68%, что является одним из лучших результатов в НБА. Также процент реализации штрафных бросков этого игрока является наилучшим за всю историю Национальной баскетбольной ассоциации и составляет 90%<sup>2</sup>.

Успехи Стефана Карри и команды не могли остаться незамеченными другими клубами и они тоже стали активно использовать их опыт, что отчетливо видно на графике, показывающем среднее количество попыток трёхочкового броска в НБА (рисунок 2).

На нём отчетливо видно резкое увеличение использования трёхочковых бросков в играх, что сказывалось и на результативности игр. Это наглядно показывает влияние С. Карри на современный баскетбол. Но увеличилось не только количество бросков, но и расстояние, с которого эти броски совершаются. Некоторые команды по примеру «Golden State Warriors» начали строить команды вокруг низкорослых игроков с хорошим процентом реализа-

ции трёхочковых. Такой, например, является команда «Houston Rockets».

Таким образом, анализируя данный этап в развитии современного баскетбола, мы можем сделать вывод, что при подготовке современных баскетбольных команд необходимо уделить внимание реализации трёхочковых бросков. На основании нашего вывода мы можем дать следующие рекомендации при подготовке баскетболистов разного уровня:

- изучать современные тенденции развития баскетбола;
- совершенствовать технику трёхочковых бросков, ведь они приносят больше очков в игре и при этом снижают вероятность нарушения правил в атаке, а также требуют меньших технико-тактических и физических затрат;
- отрабатывать больше комбинаций, обеспечивающих выход на позиции для трёхочкового броска;
- совершенствовать работу по взаимодействию игроков команды по созданию оптимальных условий в игре для реализации броска игроком-снайпером;
- увеличить дистанцию, с которой может быть выполнен результативный трёхочковый бросок.

<sup>1</sup> CBSSports [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.cbssports.com/nba/players/1685204/stephen-curry/> (дата обращения: 01.11.2021).

<sup>2</sup> Rob. How Steph Curry changed the world of NBA through data analytics [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.axistalent.io/blog/how-steph-curry-changed-the-world-of-nba-through-data-analytics> (дата обращения: 01.11.2021).

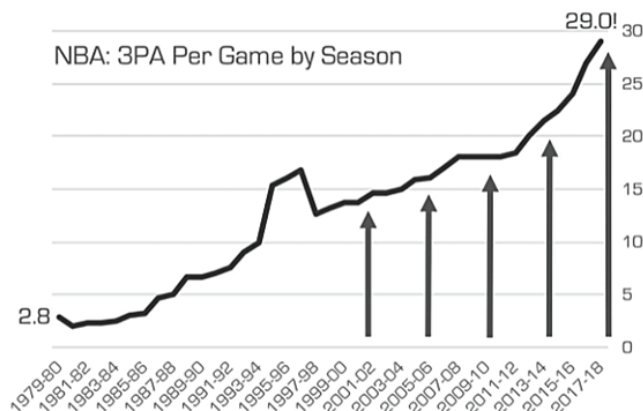


Рисунок 2. Динамика роста трёхочковых бросков в разных спортивных сезонах НБА

Источник: представлено автором из интернет-ресурса <sup>3</sup>

Мы, конечно же, не призываем сводить весь тактический замысел игры к трёхочковым броскам, совсем наоборот, данная работа позволит растянуть оборону соперника (вытянуть игроков на себя, дальше от своего щита для противодействия эффективных трёхочковым броскам) и позволит повысить эффективность проходов под кольцо, а следовательно, повысит реализацию и других бросков, что и подтверждается игрой самого Стефана Карри.

Совершенствование тактики использования

трёхочкового броска в развитии современного студенческого баскетбола в нашей стране позволит изменить не только результативность игры, но и ее зрелищность. Это позволит успешно реализовать себя в игре и низкорослым игрокам, даст оперативный простор для мыслительной работы игроков по результатам растянутой обороны или отскочившего мяча, после неточного трёхочкового броска. У тренеров и игроков появятся новые интересные задумки по реализации тактики трёхочкового натиска.

### Литература

1. Актуальные проблемы и современные технологии подготовки баскетболистов: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКС-МиТ». – 2013. – 134 с.
2. Витун Е. В. Анализ предрасположенности к определенному виду спорта у студентов на основе спортивной генетики / Е. В. Витун, В. Г. Витун // Бизнес. Образование. Право – 2020. – № 4 (53). – С. 472–476.
3. Ковтун Р. П. Основание федерации баскетбола и ступени развития баскетбола в Турции // Региональный вестник. – 2020. – № 13(52). – С. 26–27.
4. Осминкин А. С. Оценка технической подготовленности студенток, занимающихся баскетболом (на примере женской сборной команды ЧГУ по баскетболу) / А. С. Осминкин, В. В. Шабакова, В. С. Варфоломеева // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов: материалы VI Международной научно-практической конференции. – Казань. – 2020. – С. 475–477.
5. Павленко А. Ю. Ресурсное обеспечение подготовки спортивных команд на базе высших учебных заведений (на материале баскетбола) // Наука в олимпийском спорте. – 2019. – № 2. – С. 63–73.
6. Соколов Н. Г. Роль ассоциации студенческого баскетбола в развитии баскетбола в России / Н. Г. Соколов, В. П. Овчинников, М. Б. Фарберов // Физическая культура в образовательном пространстве России: состояние и перспективы развития: сборник материалов межвузовской научно-практической конференции, посвященной 220-летию РГПУ им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург. – 2017. – С. 169–172.
7. Солодилова Е. С. Стратегия игры в баскетбол на позиции тяжелого форварда в современном баскетболе / Е. С. Солодилова, М. С. Павлычев // Евразийское научное объединение. – 2021. – № 1–7 (71). – С. 559–560.

Статья поступила в редакцию: 15.11.2021; принята в печать: 02.02.2022.

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи.

<sup>3</sup> Basketball Reference – Stephen Curry [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.basketball-reference.com/players/c/curryst01.html> (дата обращения: 01.11.2021).