

II – Методика технической подготовки

Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования детей детско-юношеская спортивная школа

времени при достижении более высоких результатов.

Игра в баскетбол представляет собой непрерывное единоборство между началами и концами.

Быстро изучение приемов техники игры в баскетболе должно предварять изучение приемов техники защиты, а в дальнейшем – защита и нападение.

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

Неизменные приемы техники игры в баскетболе изучаются в определенные этапы:

На первом этапе изучаются основные приемы и главные схемы их выполнения, а также основные сочетания этих приемов. Особое внимание обращается на изучение приемов в передвижениях по различным направлениям, на выполнение их правой и левой рукой, вправо и влево сторону.

На втором этапе изучаются все способы ранее изученных приемов и

Обучение технике игр с мячом

Обучение отдельным приемам

Начиная изучение техники игр с мячом, первым этапом обучения является изучение базового приема – паса, а затем соединение изученных приемов в простые сочетания, состоящие главным образом из двух и иногда трех приемов.

Особое внимание нужно обратить на точность выполнения приемов, амплитуду движений и их согласованность по времени. Особое внимание при изучении приемов уделяется технике выполнения упражнений, позволяющих охватить активными действиями наибольшее количество занимающихся и в то же время способствовать совершенствованию самостоительности. При этом необходимо учесть, что выполнение постулатов (в переносе, колонны и т. д.)

Подготовила: тренер-преподаватель

По спортивной акробатике

Сазонова С.В.

При подборе упражнений должны сохраняться методические требования, связанные с переходом от простого к сложному, от известного к неизвестному. Однако изолированное изучение приемов проводится только в самом начале. В дальнейшем идет переход к изучению нескольких приемов и их сочетаний.

Обучение сочетанию технических приемов

При изучении различных схем выполнения технических приемов главное внимание обращается на последовательность (например, ловля в движении – отставка) и согласованность движений участников.

2014г.

Для изучения техники на этом этапе изучаются приемы, как правило, комплексные упражнения, в основе которых лежат соответствующие сочетания

II. Методика технической подготовки

Изучение большого объема материала, обеспечивающего всестороннюю подготовку игрока, требует определенного времени. Правильно выбранный путь для изучения техники игры способствует сокращению необходимого для этого времени при достижении более высоких результатов.

Игра в баскетбол представляет собой непрерывное единоборство игроков в нападении и защите. В начале обучения изучение приемов техники нападения должно предварять изучение приемов техники защиты, а в дальнейшем техника защиты и нападения изучаются параллельно.

На каждом этапе технической подготовки баскетболиста решаются определенные задачи.

На первом этапе изучаются основные приемы и главные способы их выполнения, а также основные сочетания этих приемов. Особое внимание обращается на изучение приемов в передвижениях по различным направлениям, на выполнение их правой и левой рукой, в правую и левую стороны.

На втором этапе изучаются все способы ранее изученных приемов и большое многообразие сочетаний, основанных на новых способах выполнения приемов. Предъявляются повышенные требования к качеству выполнения приемов в различных игровых ситуациях.

На третьем этапе комплекс изученных приемов совершенствуется, уточняется, расширяется и на его базе ведется более углубленная индивидуальная работа с каждым игроком.

Обучение отдельным приемам

Наиболее характерной чертой начального обучения технике является изучение каждого приема изолированно, а затем соединение изученных приемов в простые сочетания, состоящие главным образом из двух и иногда трех приемов.

Особое внимание нужно обращать на точность исходных положений, амплитуду движений и их согласованность по фазам. Обучение каждому приему ведется в наиболее благоприятных для его выполнения условиях, применяются упражнения, позволяющие охватить активными действиями одновременно наибольшее количество занимающихся и в то же время каждому занимающемуся действовать совершенно самостоятельно. При этом необходимо использовать ряд основных построений (в шеренги, колонны и т. д.).

При подборе упражнений должны сохраняться методические требования - от легкого к трудному, от известного к неизвестному. Однако изолированное изучение приемов проводится только в самом начале. В дальнейшем идет параллельное изучение нескольких приемов и их сочетаний.

Обучение сочетанию технических приемов

При изучении различных сочетаний технических приемов главное внимание обращается на последовательность выполнения (например, ловля в движении - остановка) и согласованность движений по фазам.

Для изучения техники на этом этапе применяются, как правило, комплексные упражнения, в основе которых лежат соответствующие сочетания

Однако здесь в то же время меняются пространственные шаги (в западной стойке) и

технических приемов. Комплексный характер упражнений требует четкой согласованности партнеров, участвующих в выполнении упражнения.

Другой характерной чертой является выполнение приемов в сочетании с контрприемами. Такое положение требует со стороны преподавателя и игрока внимательного анализа всех движений, умения подсказать, где и в какой момент, за счет каких движений прием может быть более целесообразным или эффективным.

Обучение специализированным техническим приемам

Обучение специализированным техническим приемам предполагает в первую очередь индивидуальную работу над теми приемами, которые баскетболист использует наиболее часто для выполнения тактических задач.

Все технические приемы ранее были изучены в плане общей технической подготовки, далее они совершенствуются и повышается качество их выполнения.

Индивидуализация в изучении технических приемов должна сочетаться с применением упражнений, направленных на тактическую подготовку. При этом необходимо учитывать все индивидуальные особенности игрока и в соответствии с этим подбирать ему комплекс так называемых "индивидуальных приемов". Кроме изолированного изучения приемов этого комплекса, нужно применять упражнения, характеризующиеся определенными расстановками игроков. Большая часть времени отводится на упражнения, выполняемые при активном противодействии противника. В зависимости от функций, выполняемых игроком в команде, комплекс технических приемов может быть различным, однако существуют общие требования. Например, игрок задней линии должен хорошо владеть различными точными и, внезапными передачами, уметь выполнить передачу центровому игроку, владеть ведением без зрительного контроля, точными средними и дальными бросками, перехватами мяча и т.п.

При обучении специализированным техническим приемам применяются повторный и переменный методы, а также все варианты и разновидности соревновательного и игрового методов.

III. Некоторые особенности изучения технических приемов

Техника перемещений

Обучение целесообразности, быстроте и точности перемещения игрока - одна из главных задач на всех этапах подготовки.

Обучение перемещениям включает изучение: каждого способа перемещения, сочетания различных способов и повышение качества их выполнения (быстроты, маневренности и т.п.).

Начинается обучение с бега и остановок. Затем изучаются прыжки и повороты. Однако, резко разграничивать их изучение не следует, такая очередность соблюдается только в начале обучения.

С первых же занятий надо добиваться правильной стойки баскетболиста, мягкости и непринужденности в работе ног. Очень важным является воспитание навыка начинать нужное движение в любом направлении из любого исходного положения. Правильная стойка баскетболиста позволяет выполнять любой прием быстро и свободно. Специальное ознакомление со стойкой на первых занятиях

сочетается в последующем с требованием применять и сохранять ее при изучении всех приемов. Наиболее часто встречаются следующие ошибки: 1) стопы ног поставлены на одной фронтальной линии; 2) стопы расположены очень близко одна к другой; 3) центр тяжести тела смещен на одну ногу; 4) туловище чрезмерно наклонено вперед или откинуто назад.

При изучении бега необходимо перемещаться не только по прямой, но и по дугам с разнообразными изменениями направления, скорости бега на отдельных отрезках перемещения. Особого внимания требует изучение перемещения приставными шагами; в этом случае нельзя допускать подпрыгивания и скрещивания ног.

Для воспитания навыков, характерных для бега, применяются различные упражнения. Они подбираются с таким расчетом, чтобы их построение позволило дозировать нагрузку, сохраняя принцип выполнения необходимых требований к тому или иному способу бега.

Обучая баскетболиста прыжкам, следует научить его правильному отталкиванию в нужных направлениях, высокому взлету, координации движений в безопорном положении, правильному приземлению.

Техника прыжков изучается в таком порядке: с места толчком одной и обеими ногами; в движении толчком одной и обеими ногами.

При изучении прыжков с разбега наиболее распространенной ошибкой является поступательное движение игрока вперед.

Упражнения в прыжках должны сочетаться с упражнениями, способствующими развитию координации и качеств, необходимых для прыжка.

Обучение остановкам начинается с остановки двойным шагом, а затем прыжком. Основное внимание обращается на правильный ритм в работе ног. Наиболее распространены следующие ошибки: 1) перенос тяжести тела на выставленную вперед ногу; 2) постановка стоп на одной фронтальной оси; 3) недостаточное сгибание ног.

Обучение остановкам производится в сочетании с обучением бегу. Вначале остановки выполняются в заранее обусловленном месте площадки, а затем по внезапным слуховым и зрительным сигналам. Для изучения остановок могут применяться все упражнения, используемые для обучения бегу и прыжкам.

Обучение поворотам начинается с выполнения выпадов поворотов на месте, причем сначала выполняются повороты плечом вперед, затем плечом назад, а затем в движении.

Изучение поворотов на месте целесообразно проводить в построении в шеренгах или по кругу. При таких построениях занимающиеся могут выполнять упражнения одновременно по команде, а преподаватель имеет возможность видеть всех учеников.

Чаще всего встречаются следующие ошибки: 1) опорная нога плотно стоит на всей ступне и носок опорной ноги не может свободно поворачиваться, а как бы закреплен на месте; 2) опорная нога выпрямлена и занимающийся перемещается выпадами; 3) тяжесть тела передана на выставленную вперед ногу; 4) при повороте наблюдается вертикальное колебание за счет того, что ноги то выпрямляются, то сгибаются.

Заштитник для перемещений пользуется всеми вышеуказанными способами. Однако чаще всего он перемещается приставными шагами (в защитной стойке) и

спиной вперед. Стойка защитника характеризуется более широкой постановкой ног. Различают две стойки защитника: параллельное расположение стоп и одна нога выставлена вперед.

Упражнения для обучения защитника передвижениям сходны с вышеупомянутыми упражнениями. Первоначально используется передвижение боком в параллельной стойке, причем расстояние между ногами сохраняется при передвижении: Насколько передвинулась нога в сторону заданного движения, настолько переставляется другая нога. Затем движение вперед и назад. Исходное положение необходимо принять, сделав шаг вперед из параллельной стойки, сохранив расстояние между ногами примерно на ширине плеч. Двигаться сначала в заданном направлении, затем менять направление движения по сигналу.

Техника владения мячом

Ловля мяча. Основное внимание должно обращаться на правильную встречу руками летящего мяча; затем на то, амортизируют ли руки при встрече с мячом. Очень важно воспитать у игрока навык ловли мяча с выходом вперед в стороны (к мячу).

В дальнейшем следует изучать ловлю мяча, летящего на различной высоте и в различных направлениях.

При изучении ловли мяча в прыжке необходимо своевременно совершить прыжок, вынести руки вверх и правильно мягко приземлиться после ловли.

Ловля мяча в движении изучается после обучения различным способам ловли на месте. Вначале изучается ловля мяча, летящего навстречу игроку, а затем с поступательных передач.

Передачи мяча. Изучению передач надо уделять большое внимание на всем протяжении процесса обучения. Необходимо учиться выполнять передачи в разных условиях и из различных исходных положений. Особое внимание должно уделяться выполнению передач с малой амплитудой движения.

Начинают обучение передачам двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Эти способы передач должны изучаться детально.

Особое внимание должно бытьделено изучению передач мяча в движении по фазам. При выполнении таких передач ритм шагов влияет на координацию движения руками.

Построение при обучении ловли и передачи в движении должно быть таким, что водящий с мячом находится напротив 2-3 игроков, которые выполняют упражнения по заданию. Во время выполнения каждого упражнения идет смена водящего. По количеству имеющихся мячей (8-10, меньше или больше) водящие располагаются на боковой линии зала.

Первое упражнение. Ловля мяча после выхода на водящего с остановкой в два шага - передача с шагом, уход за водящим и возвращение в колонну. Забегать за водящим по заданию правым или левым плечом. Движение вслед за передачей, за водящим и уход в исходное положение сохраняется во всех упражнениях при обучении приему.

Второе упражнение. Ходьба навстречу водящему. На первом шаге ловля мяча, на втором - передача, дальше бег за водящим и уход в колонну.

Третье упражнение. То же упражнение, что и второе - по ходьбе на сильно согнутых ногах (в полуприседе), ловля на первом шаге, передача на втором, после чего бег за водящим и в исходное положение.

Четвертое упражнение. Бег навстречу к водящему в баскетбольной стойке первый шаг-ловля, второй - передача и далее...

Во всех упражнениях должно быть равномерное движение ног без стопорящих движений, без прыжков и скачков.

(На ногах не видно, что делают руки). В этом упражнении выполняющие ловлю- передачу, после забегания за водящим могут убегать по заданию в соседнюю колонну, пройдя все из них, вернуться в свою. Способ передачи можно менять по заданию преподавателя от разных водящих. В последующих 1-2 уроках закреплять ловлю- передачу в движении следует получать мяч от водящих, стоящих на месте. Расположение водящих может быть различным, например: по периметру зала. Смена водящих осуществляется по команде учителя. Игровики могут сначала выбегать к водящему навстречу из центрального круга и, забегая за спиной водящего после передачи через центральный круг двигаться к следующему. Движение вперед за мячом при обучении передачам в движении следует сохранять, чтобы избежать при ловле стопорящего шага и делать слитно шаги на ловле и передаче.

После правильного закрепления приема ловли-передачи в движении, можно переходить к передачам в движении в парах. Тройках без смены и со сменой мест.

При совершенствовании техники передач мяча необходимо стремиться к сокращению времени выполнения передачи мяча в движении. Передачи в прыжке могут выполняться с места и в движении. Передачи в прыжке с места требуют сочетания движений: прыжок с места и вынос мяча в соответствующее исходное положение. Передачи в прыжке в движении более сложны. Чаще всего они выполняются толчком одной ногой. Для изучения таких передач могут применяться самые разнообразные упражнения.

Броски мяча в корзину. Обучая броскам, следует помнить, что изучение различных способов и их разновидностей, позволяющих свободно действовать в условиях различной игровой обстановки, должно сочетаться с точностью движений, обеспечивающих в известной мере конечную цель всех действий - попадание в корзину.

При изучении бросков необходимо знать следующее: теоретические основы прицеливания (ориентиры), различные траектории полета мяча и их практическое значение; изучить различные способы бросков и их разновидности и сочетания (например, передача-бросок, ведение-бросок и т.п.); развивать меткость при выполнении броска.

Часто меняющаяся игровая обстановка заставляет баскетболиста знать все (или большинство) способы бросков.

Перед изучением того или иного способа броска занимающемуся нужно сообщать основные сведения о прицеливании; установить основные направления, которые определяют особенности прицеливания (с отскоком щита и без отскока). Рекомендуется проводить объяснения при помощи схемы площадки, разделенной на соответствующие секторы.

Более подробно разбираются разновидности траекторий полета мяча: низкой, средней и высокой. Указывается на их положительные и отрицательные стороны и говорится о практическом использовании их.

Рекомендуется изучать броски параллельно с одноименными передачами. Когда занимающийся ознакомится со всеми способами бросков. Он должен совершенствоваться индивидуально в двух-трех способах, которые чаще применяет в игре. Преподавателю необходимо весьма умело подсказать такой способ броска. При котором занимающийся смог бы достичь наилучшего результата в связи с его индивидуальными особенностями.

В начале изучения любого способа броска внимание занимающихся должно быть направлено на тщательный контроль за своими движениями. Рекомендуется подводящие к броску упражнения проводить без корзины, используя соответствующие передачи по высоким траекториям.

При изучении броска с использованием баскетбольной корзины задача занимающегося заключается в том, чтобы научиться соразмерять свои движения с высотой корзины. Для облегчения этой трудной задачи нужно на этой стадии обучения давать ученику как можно больше критериев для оценки его движений. А также указывать возможные дополнительные ориентиры.

Изолированное обучение тому или иному способу броска в дальнейшем может отрицательно сказаться на деятельности баскетболиста. Бросок в процессе игры всегда выполняется после применения других технических приемов. Поэтому выполнять броски следует в определенных сочетаниях. Особое внимание надо обратить на исходное положение. Точность исходного положения, как правило, определяет и результат броска. В процессе занятий надо стремиться к максимальному сокращению перехода от предыдущего приема к самому броску, однако тщательно следя за точностью самого броска.

При бросках после остановки часто наблюдается потеря равновесия, которая существенно влияет на выполнение броска. Поэтому надо научить после остановки быстро принимать стойку, т.е. соответствующее исходное положение.

Особое внимание следует уделить обучению броска в движении как после ведения, так и после ловли от партнера. Основным способом броска в движении при обучении является бросок одной рукой от плеча. Необходимо учить бросать как правой, так и левой рукой. Правильная последовательность в обучении броску в движении позволяет освоить координацию броска как правой, так и левой рукой.

Первое упражнение - бросок с места из-под кольца с правильным прицелом во внутреннюю часть верхнего уголка малого прямоугольника и пронижающим движением кисти, где ведущим является указательный палец (справа бросок правой рукой, слева - левой).

Второе упражнение - выполнение броска в момент прыжка (справа, отталкиваясь левой ногой, слева - правой) - конечное положение при броске в движении. Приземляться на две ноги.

Третье упражнение - выполнение двух шагов и броска по кольцу. Справа: удерживая мяч двумя руками сделать шаг правой ногой вперед, на шаг левой - мяч к правому плечу, толчок левой ногой, бросок правой от плеча, приземление на две ноги. Слева: первый шаг левой ногой, второй шаг правой ногой - мяч к левому плечу. Толчок правой ногой, бросок левой от плеча. Использование двух

правильного направления движения мяча по линии плеча, чтобы не мешали ноги, на месте дается задание: ведение мяча на месте. А ноги опережают мяч движением вперед и отстают от мяча движением назад. Движение вперед с ведением по прямой осуществляется на беговых шагах (а не шагом). При ведении правой рукой, удар мяча под шаг левой ноги, левой - под шаг правой.

Наиболее благоприятным ритмом для начального обучения ведению является такой, при котором на два шага баскетболиста приходится один удар мяча о площадку. При этом занимающийся должен двигаться непринужденно. Сгибать ноги при беге, чтобы шаг игрока был достаточно широк и размашист.

В дальнейшем необходимо стремиться к тому, чтобы движения руки с мячом были совершенно независимы от ритма работы ног. Ведение нужно уметь выполнять, перемещаясь приставным шагом, изменяя темп бега, и т.п. В дальнейшем ведение мяча изучается в сочетании с другими техническими приемами.

Техника противодействия и овладения мячом

Обучение технике противодействия и овладения мячом начинается после изучения того или иного приема владения мячом.

Приемы противодействия изучаются в такой последовательности: выбивание, отбивание, накрывание мяча при броске в корзину.

Выбивание. Вначале изучается выбивание мяча у нападающего, стоящего на месте, потом у игрока, овладевшего мячом в прыжке, и затем у ведущего мяч.

При обучении выбиванию необходимо занимающихся располагать таким образом, чтобы защитник всегда был правильно ориентирован по отношению к щиту и противнику.

Накрывание. Изучается как противодействие броску, поэтому для правильного накрывания мяча нужно научить занимающегося своевременному и правильному прыжку, а также внимательно наблюдать за действиями нападающего.

Приемы овладения мячом изучаются в такой последовательности: вырывание, перехваты, овладение мячом, отскочившим от щита.

Вырывание. Для того чтобы вырвать мяч у противника, необходимо с ним сблизиться, захватить мяч обеими руками или сильнейшей рукой снизу и резким движением вырвать его. Вначале противник стоит на месте, не отводит руки с мячом, т.е. не оказывает какого-либо противодействия. Затем противник отводит руки с мячом в стороны, поднимает их вверх, выполняет финг, поворот, т.е. создает наиболее сложные условия для овладения мячом. Обучение вырыванию мяча в изолированных упражнениях не требует много времени и поэтому особое внимание этому должно быть удалено в процессе самой игры. Для этого при опорных положениях не следует торопиться давать свисток, а предоставить баскетболистам возможность вести борьбу до полного овладения мячом.

Перехваты. К моменту изучения перехватов занимающиеся должны уметь хорошо ловить мяч в движении, выполнять короткие, резкие рывки, уметь внимательно следить за действиями противника. Первые упражнения должны быть направлены на то, чтобы научить баскетболиста определить момент выхода вперед для перехвата мяча. Следует добиваться такого положения, чтобы

шагов с места без удара в пол считается пробежкой. Но вопреки правил для обучения необходимо это упражнение для правильной координации движений.

Четвертое упражнение - бросок в движении после одного удара в пол.

Справа: шаг левой ногой удар в пол правой рукой, шаг правой - ловля мяча - шаг левой, мяч на правое плечо - толчок левой ногой вверх - бросок правой рукой от плеча, приземление на две ноги. Слева - шаг правой, удар левой рукой в пол, шаг левой ловля мяча, шаг правой мяч на левом плече, толчок правой ногой - бросок левой рукой - приземление на две ноги. Сначала закрепить координацию движений с одним ударом в пол. После чего можно перейти к броску после 2-3 ударов и более.

При обучении броскам в движении используются навыки, полученные при изучении передач мяча в движении, особенно в прыжке, а также в сочетании с другими приемами.

Броски в прыжке могут выполняться с места и в движении. При бросках в прыжке в движении второй шаг выполняется не поступательно вперед, а нога приставляется к ноге, ранее выполнившей шаг, отталкивание осуществляется обеими ногами.

Когда техника определенного способа броска изучена и занимающийся достиг доведетворительной меткости, необходимо давать специальные упражнения для дальнейшего развития меткости. Для этой цели используются различные дополнительные упражнения в виде метаний в цель (вертикальную и горизонтальную, неподвижную и движущуюся) предметов различного веса и объема. Однако основное место будут занимать специальные упражнения, выполняемые баскетбольным мячом в корзину.

Особую трудность представляют броски со средних и дальних дистанций. Совершенствуя меткость в подобных бросках, занимающийся выбирает такое расстояние, с которого он свободно забрасывает мяч в корзину, не искажая техники броска. Выполнять такие броски необходимо в течение длительного времени, постепенно удаляясь от корзины и не искажая техники выполнения броска.

В работе над техникой бросков и их меткостью применяются самые различные упражнения. Используются метод индивидуальных заданий и соревновательный метод.

Ведение мяча. При обучении ведению главным является освоение ритма движения руки с мячом в сочетании с ритмом работы ног. Движения игрока должны быть непринужденными и мяч ни в коем случае не должен мешать продвижению игрока по площадке.

Изучать ведение рекомендуется сразу в движении. Однако в самом начале обучения можно дать серию упражнений с мячом на месте с тем, чтобы занимающийся точно определил положение руки на мяче, силу надавливания руки на мяч, высоту отскока и т.п.

Для этого необходимо принять стойку с выставленной вперед левой ногой при ведении на месте правой рукой, при ведении левой рукой, выставить вперед правую ногу. По сигналу предложить поменять ведущую руку и положение ног.

Для проверки правильного (выталкивающего) движения рукой следует дать задание по свистку изменить высоту отскока мяча. Свободное выталкивающее, а не шлепковое движение по мячу сразу определяется этим заданием. Для

стремление выйти на перехват не приводило защитника к потере правильной позиции. Для этого необходимо особое внимание обращать на исходное положение защитника, которое должно свидетельствовать о постоянной готовности его к самым активным и быстрым действиям.

Овладение мячом, отскочившим от щита.

Этот прием в современном баскетболе имеет очень широкое применение. Для овладения мячом важно своевременно прыгнуть и поймать мяч. Для обучения этому приему используются ранее приобретенные навыки в разнообразных прыжках и ловле мяча в прыжке. Вначале все упражнения проводятся без противодействия противника, а затем обязательно вводится постепенно нарастающее активное противодействие. Можно применять почти все, упражнения в бросках и добивание мяча с последующей активной борьбой за отскок мяча, как защитника, так и нападающего.

IV. Формы контроля за технической подготовкой

Контроль над технической подготовкой баскетболистов имеет большое значений для практической работы. Он позволяет направлять работу по технике на главные задачи, а также помогает избежать подчас различные отклонения в работе преподавателей и тренеров.

Контроль может быть текущим, периодическим и итоговым.

В текущем контроле преподаватель использует свои наблюдения, которые он ведет в процессе учебных занятий, товарищеских и контрольных игр, календарных соревнований.

Для осуществления периодического контроля проводятся соревнования по выполнению тех или иных изученных согласно соответствующей программе приемов техники. Такие соревнования не выходят за рамки учебно-тренировочных занятий.

К формам периодического контроля могут быть отнесены проводимые ежегодно (обычно два раза в год) соревнования по технической подготовке (например, в ДЮСШ).

Чем выше квалификация баскетболиста, тем большее значение приобретает контроль за уровнем его технической подготовленности.

Контроль над технической подготовкой квалифицированных баскетболистов ведется на основании перспективных командных и индивидуальных планов.

Систематический контроль в процессе работы с баскетболистами различной квалификации является необходимым условием для правильного планирования всей работы, обеспечения соответствующего качества подготовки спортсменов и технической подготовки игроков на уровне требований современного развития баскетбола.

Наличие постоянного контроля и учета объективных показателей игровой деятельности баскетболистов в ходе соревнований команд высокой квалификации позволяет судить о динамике роста технической оснащенности команд и отдельных игроков.