**К ВОПРОСУ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ УЧЕБНО-СПОРТИВНЫХ ГРУПП ПО БАСКЕТБОЛУ К СОРЕВНОВАНИЯМ**

**ПО БАСКЕТБОЛУ 3х3**

***старший преподаватель Ильина Е.К.***

*ФБГОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный лесотехнический университет имени С.М. Кирова» (Санкт-Петербург, Россия)*

***кандидат педагогических наук, доцент Никитина Е.С.***

*ФГБОУ ВО «Российский государственный педагогический университет*

*им. А.И. Герцена» (Санкт-Петербург, Россия)*

***кандидат педагогических наук, профессор Курова Н.В.***

*ФБГОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный лесотехнический университет имени С.М. Кирова» (Санкт-Петербург, Россия)*

***Аннотация.*** В данной статье изложены основные отличия в правилах таких видов спорта, как баскетбол и баскетбол 3х3. Рассмотрены актуальные вопросы подготовки студентов-спортсменов к соревнованиям по баскетболу 3х3 в рамках занятий учебно-спортивных групп.

***Ключевые слова:*** баскетбол 3х3, стритбол, студенческий спорт, соревновательная деятельность.

*Введение.* Последние годы баскетбол 3х3 все активнее развивается и захватывает лидирующие позиции среди видов спорта, включаемых в программу разного уровня чемпионатов, спартакиад и различных спортивных мероприятий. Популярность баскетбола 3х3 стремительно возрастает. В 2017 году данный вид спорта был включен в программу летних Олимпийских игр, а в 2020 году были разыграны первые в истории олимпийские медали по баскетболу 3х3 на играх в Токио.

Не обошла данная дисциплина и студенческие соревнования. Так, в Санкт-Петербурге ежегодно проводится чемпионат по баскетболу 3х3 в рамках Ассоциации студенческого баскетбола. До 2021 года соревнования традиционно проходили на открытом воздухе, зачастую, на асфальтовом покрытии, и лишь последние два сезона соревнования «перебрались» в баскетбольный зал.

Это связано с историей баскетбола 3х3, которую тесно связывают с уличным баскетболом, также известным как «стритбол». Однако, отождествлять их не совсем верно. Согласно Всероссийскому реестру видов спорта, баскетбол 3х3 является спортивной дисциплиной (с кодом-номером 014-002-2-6-1-1-Я) общероссийского вида спорта «баскетбол».

*Результаты исследования.* Среди основных различий баскетбола 3х3 от классического баскетбола можно выделить следующие: мяч, правила розыгрыша мяча, фолы, время атаки, время игры, правило выявления победителя при равном счете к концу времени матча, правило начисления очков.

Для игры в баскетбол 3х3 разработан специальный мяч, по размеру соответствующий баскетбольному мячу №6, а по весу – №7. Данная модификация выполнена для повышения результативности и, как следствие, динамичности и зрелищности игры. Дополнительно официальный мяч для баскетбола 3х3 отличается от классического наличием большего числа поперечных ребер, что, в свою очередь, сделано для улучшения фиксации и контроля мяча игроками.

Относительно времени игры, баскетбол 3х3 отличается скоростью выявления победителя. Один матч длится 10 минут чистого игрового времени или завершается досрочно по достижению одной из команд забитых 21 очка.

Также с целью повышения динамичности игры, в баскетболе 3х3 отведенное на владение мячом одной команде время составляет 12 секунд, в то время как классический баскетбол предусматривает на полную атаку 24 секунды игрового времени.

Важным отличием является и то, что в баскетболе 3х3 отсутствуют персональные замечания для игроков. В протокол вносятся только командные фолы, и по 6-е командное замечание штрафным броском наказываются только нарушения, совершенные в момент броска. Начиная с 7-го командного фола, за любое нарушение назначается два штрафных броска. Начиная с 10-го командного фола, за любое нарушение команда наказывается двумя штрафными бросками без подбора и мяч уходит противнику.

В случае если игровое время вышло, а счет на табло равный, назначается овертайм. Победу в матче одерживает команда, первая набравшая 2 очка в дополнительном времени, даже если счет перед началом овертайма был 20:20.

Заключительным ключевым отличием баскетбола 3х3 от баскетбола 5х5 является правило начисления очков за забитые мячи. Так, привычный для классического баскетбола «двухочковый» в баскетболе 3х3 будет оцениваться всего в одно очко, а результативный бросок из-за дуги – в два очка.

Изучением соревновательной деятельности баскетбола 3х3 ранее занималось большое количество авторов, однако большинство исследований проводилось на баскетболистах высокой квалификации [1]. Что неизменно связывает баскетболистов массовых разрядов, к коим можно отнести и студентов, так это совмещение выступления в классическом баскетболе и в баскетболе 3х3. На сегодняшний день среди студентов вузов отсутствуют спортсмены, прошедшие специализированную подготовку на уровне спортивной школы по баскетболу 3х3. Исходя из чего, актуальным становится вопрос подготовки к соревнованиям по баскетболу 3х3 студентов учебно-спортивных групп по классическому баскетболу.

Учитывая высокую зрелищность игры и вышеописанные отличия в правилах и условиях проведения соревнований, большое внимание в тренировочном процессе необходимо уделять бросковой подготовке игроков [2]. Данные последних двух чемпионатов по баскетболу 3х3 среди студентов вузов Санкт-Петербурга демонстрируют возрастающую результативность матчей, в том числе увеличение количества матчей, завершенных по достижению 21 очка одной из команд (таблица 1.). Из чего можно сделать вывод о том, что в рамках подготовки студентов учебно-спортивных групп к соревнованиям по баскетболу 3х3, бросковой подготовке выделено большое время, а также обеспечено соответствующее материально-техническое оснащение тренировочного процесса.

Таблица 1 – Сравнительный анализ матчей, завершенный по достижению командой 21 очка.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Количество матчей, завершенных по достижению командой 21 очка | Общее количество матчей (за вычетом матчей, завершенных технической победой) | Процентное соотношение |
| Чемпионат 2021 года |
| 1 тур | 7 | 32 | 21,9% |
| 2 тур | 4 | 25 | 16,0% |
| Финал | 15 | 25 | 60,0% |
| ИТОГО | 26 | 82 | 31,7% |
| Чемпионат 2022 года |
| 1 тур | 14 | 39 | 35,9% |
| 2 тур | 12 | 29 | 41,4% |
| Финал | 17 | 32 | 53,1% |
| ИТОГО | 43 | 100 | 43,0% |

Помимо бросковой подготовки, большое количество авторов [1, 3, 4] отмечают тенденцию к универсализации игроков команды в баскетболе 3х3. Ввиду высокой динамичности игры, игроки, не обладающие навыком быстрого переключения из защиты в нападение и обратно, а также не имеющие стабильного дальнего броска, приносят команде меньшую полезность, нежели игроки, сочетающие в себе эти качества. С дополнительными сложностями также сталкиваются и игроки, не имеющие навыка защитных действий против соперника вблизи кольца. Зачастую, это невысокие игроки задней линии в классическом баскетболе.

Система проведения соревнований в баскетболе 3х3 также требует специализированной подготовки. За один день студенческих соревнований команды могут проводить до пяти матчей с минимальным временем для восстановления между встречами. Помимо этого, система проведения плей-офф накладывает дополнительную ответственность на каждый последующий матч, невзирая на накапливаемую утомляемость.

Важным также является правило, запрещающее тренеру команды принимать участие в соревновательном процессе. Тренер может наблюдать за матчем с трибуны, не имея права что-либо подсказывать игрокам своей команды. Данное ограничение делает особенно актуальной тактическую и психологическую подготовку игроков перед соревнованиями, поскольку для эффективного выступления игрокам команды необходимо владеть навыками саморегуляции, а также безупречного командного взаимодействия.

*Заключение.* Подводя итог вышесказанного, важным в подготовке студентов учебно-спортивных групп к соревнованиям по баскетболу 3х3 являются быстрота реакции, бросковая подготовленность, общая и специальная выносливость, а также тактическая и психологическая подготовка.

***Список литературы***

1. Витман, М.Ю. Особенности соревновательной деятельности и игровых показателей в баскетболе 3х3 / М. Ю. Витман, Д. А. Бобровский, Д. Ю. Витман, Е. Ю. Ковыршина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11(189). – С. 81-86.
2. Леньшина, М. В. История развития и современные результаты нового олимпийского вида спорта - баскетбол 3х3 / М. В. Леньшина, Р. И. Андрианова // Олимпизм: истоки, традиции и современность : Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очной научно-практической конференции, Воронеж, 29 ноября 2018 года / Редколлегия: Г.В. Бугаев [и др.]. – Воронеж: Издательско-полиграфический центр "Научная книга", 2018. – С. 149-154.
3. Глазин, А. М. Повышение эффективности атакующих действий студенток-баскетболисток в ситуациях численного неравенства игроков нападения и защиты / А. М. Глазин, В. В. Костюков, Б. Ф. Курдюков // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2020. – № 2. – С. 77-81.
4. Андрианова, Р. И. Тенденции развития баскетбола 3х3 и его принципиальные отличия от баскетбола / Р. И. Андрианова, М. В. Леньшина // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2021. – № 11. – С. 163-165.
5. Зарубина, М.С. Анализ соревновательной деятельности баскетболистов 3х3 / М. С. Зарубина, Р. П. Фесенко, Н. В. Васильева, Л. Б. Андрющенко // Физическая культура, спорт, туризм: инновационные проекты и передовые практики : Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 90-летию основания кафедры физического воспитания, Москва, 14–15 мая 2019 года / Под редакцией Л.Б. Андрющенко, С.И. Филимоновой. – Москва: Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, 2019. – С. 852-857.
6. Никитина, Е. С. [Использование фитнес-технологий при подготовке баскетболисток студенческой команды в дистанционном формате для развития общей выносливости](https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47182364) /Никитина Е. С., Данилова В. О., Курова Н. В.//
Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития: сб. матер. Всерос. науч.-практ. конф. - Санкт-Петербург, 2021. - С. 295-299.