

Владимир Александрович Гомельский
Как играть в баскетбол

Мастера спорта (Эксмо) –



http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48458060&lfrom=204420127
«Как играть в баскетбол»: Эксмо; Москва; 2015
ISBN 978-5-699-73825-0

Аннотация

Вы мечтаете стать лучшим баскетболистом? Хотите в совершенстве владеть всеми тактиками игры и добиться еще больших успехов на баскетбольной площадке? Тогда «Как играть в баскетбол» – та самая книга, которая вам нужна!

Владимир Гомельский, четырехкратный чемпион СССР, заслуженный тренер РСФСР и спортивный телекомментатор, делится профессиональными секретами и дает ценные советы, как быстро приобрести основные навыки для игры в баскетбол, как улучшить уровень своей подготовки, избежать основных ошибок и эффективно действовать на площадке.

Что делать, чтобы организовать непробиваемую защиту против сильного и техничного соперника? Какие упражнения позволят быстро развить необходимые атлетические качества – скорость реакции и рывка, прыгучесть, выносливость, силу, координацию движений? Как правильно выстраивать тренировочный цикл, чтобы добиться максимального успеха? Какие тактики должен освоить умный баскетболист? Как чувствовать мяч без зрительного контроля за ним? Почему при дриблинге тактика игрока похожа на навыки пианиста? Как стопроцентно забивать трехочковые броски? Эта книга даст вам все, что нужно знать, чтобы по-настоящему играть в баскетбол!

В формате a4.pdf сохранен издательский макет.

В. А. Гомельский Как играть в баскетбол

Фотографии Ларисы Гомельской и Сергея Кузнецова
Схемы и иллюстрации Екатерины Вергузовой

© Гомельский В., текст, 2015
© ООО «Издательство «Эксмо», 2015

* * *

«Очень ценю Владимира как профессионала! Фамилия Гомельский – это знак качества, сила, характер и успех. Секреты всего этого есть в этой книге».

ВАЛЕРИЙ ТИХОНЕНКО,
*баскетболист, олимпийский чемпион, чемпион мира и Европы,
заслуженный мастер спорта*

«Я был восхищен личностью Владимира Гомельского еще при нашей первой встрече. Он настоящий профессионал, играл сам, тренировал спортсменов, а теперь комментирует этот прекрасный вид спорта. Владимир уделяет много внимания не только технике игры, но и лидерским качествам, которые гарантируют успех в спорте и в жизни. Я с большим уважением отношусь ко всему, что делает Владимир Гомельский. Эта книга не исключение».

ЭТТОРЕ МЕССИНА,
*баскетбольный тренер, старший ассистент главного тренера
клуба НБА «Сан Антонио Спёрс»*

«Благодаря Владимиру Гомельскому я узнал о существовании городов Кливленд, Сан-Антонио, Портленд, Детройт и Гомель. А также о том, что я очень люблю баскетбол, который, кстати, странно не любить. Особенно прочитав эту книгу».

ИВАН УРГАНТ,
телеведущий, актер, шоумен, продюсер

«Фамилия Гомельский и баскетбол неразрывно связаны уже многие десятилетия. Для того чтобы так знать и чувствовать спорт, мало самому пройти путь игрока и тренера, мало быть просто образованным человеком, нужно, чтобы папой твоим был великий тренер Александр Яковлевич Гомельский. Эта книга тому подтверждение».

ВИКТОР ЛОШАК,
журналист, первый заместитель генерального директора ИД «Коммерсант»

«Книга Владимира Гомельского поражает своей доступностью, естественностью и глубиной. Известный комментатор увлекает читателя со вступления и не отпускает до последней страницы, повествуя о баскетбольных истинах с ловкостью писателя-романиста. Что не менее важно, делает это автор на хорошем русском языке. Данную работу не только можно, но и нужно приводить в качестве примера выпускникам педагогических вузов, ведь по своей сути она является исчерпывающим курсом лекций на заданную тему с продуманным погружением в специфику».

ЛЕВ САВАРИ,
редактор раздела «Баскетбол» портала «Чемпионат»

Вступление

Здравствуйте, уважаемые читатели! Книга, которую вы держите в руках, ни в коем случае не является учебником по баскетболу. Я не собирался писать ни учебник, ни методическое пособие для тренеров, которые работают с молодыми баскетболистами. В этой книге я постарался поделиться с вами размышлениями об этой игре и рискнул дать несколько советов. Почему я взял на себя такую смелость и начал писать, я сейчас честно объясню.

Начать, наверное, нужно с самого себя. Совершенно не зависимо от моей воли получилось так, что я появился на свет в третьем поколении семьи баскетболистов. Я родился в октябре 1953 года, и все старшие члены семьи так или иначе были связаны с этой замечательной игрой. Моя бабушка по маминной линии, Нина Яковлевна Журавлева, – самый титулованный баскетболист в семье, единственная, кто являлась и заслуженным мастером спорта, и заслуженным тренером СССР. Папа, мама, дядя, тетя и ее муж – все были баскетбольными тренерами. И когда я родился, мой папа уже работал в Риге, а меня перевезли туда из Ленинграда в четырехмесячном возрасте в марте 1954 года. Все детство я рос с мыслью о баскетболе, нельзя сказать, что мне ее внушали специально, просто вся семья очень любила свою работу и считала ее самой любимой, самой интересной и самой творческой. Своими разговорами, поведением, отношением к делу они укореняли во мне понимание, что баскетбол – это самое главное в жизни.

С мыслью о спорте я вырос, вокруг игры сложилась моя жизнь: сначала я занимался в детской спортивной школе, потом выступал в дублирующем составе ЦСКА, после чего в основном составе команды Центрального спортивного клуба армии, тренировал сначала

юношей, затем молодежный состав и, наконец, команды мастеров. А последние 25 лет, даже немного больше, я специализируюсь на этом виде спорта, комментируя баскетбол на телевидении. Многие годы я стараюсь заканчивать свои репортажи на разных каналах одной и той же фразой: «Любите баскетбол, играйте в баскетбол, если можете, – это лучший вид спорта, я в этом абсолютно уверен». И это не мантра, не молитва и не поза, а призыв, лозунг, клич или даже, как теперь говорят, слоган. Я очень надеюсь своими глазами увидеть в недалеком будущем прекрасную картину – люди в нашей любимой стране массово занимаются баскетболом, искренне переживают за успехи нашей национальной команды и клубных команд и ведут своих детей в детские спортивные школы, которые широко распространены по всей стране и доступны для всех, независимо от возраста и физических данных.

Любой человек начинается с семьи, и о моей стоит рассказать подробно. Я полагаю, что моя тяга к баскетболу в раннем детстве не проявилась бы так сильно, если бы в семье не было побед, которых добивался папа. Эти победы для меня были очень притягательными. Как это ни странно, но «Папа» – это прозвище моего отца: Александра Яковлевича Гомельского, которого в последние годы его работы баскетбольным тренером во всем мире звали просто – «Папа». Он заслужил это прозвище: «Папа» отечественного баскетбола проработал тренером с командами высших разрядов рекордное количество лет – 45! – по-моему, больше никому такого в нашей стране не удавалось. Но до тренерской работы были победы: он выиграл 17 раз Чемпионаты СССР, 7 раз Чемпионаты Европы, дважды Чемпионаты мира и стал Олимпийским чемпионом. Впервые отец поехал на Олимпиаду в 1956 году в Мельбурн, потом в 1964 году в Токио, в 1968 году в Мехико, в 1980 году он тренировал нашу команду в Москве, и, наконец, в 1988 году в Сеуле он выиграл самую ценную, самую почетную в спорте медаль – медаль Олимпийского чемпиона, которая хранится у меня. Каждый раз, когда я на нее смотрю, меня по-настоящему охватывает трепет. Отец был великим тренером и великим спортсменом, он мечтал об этой медали всю жизнь, а когда такой человек, как он, ставит перед собой цель, он добивается ее.

Кроме побед в баскетболе с самого детства мне очень нравилось то, что этот вид спорта заставляет думать: можно быть очень быстрым, очень высоким человеком с хорошей координацией, можно освоить технику, но великим баскетболистом, на которого ходит смотреть публика, можно стать только в том случае, если ты хорошо понимаешь все нюансы этой игры, если быстро принимаешь правильные решения на площадке. И вот для того, чтобы этот навык развивать в себе, нужно много, упорно и напряженно работать: об этом мне бы хотелось рассказать в своей книге.

Началу моей баскетбольной карьеры можно только позавидовать: в семье ходила шутка, что я начал играть еще до своего рождения, то есть играю дольше, чем живу на свете. Как и в каждой шутке, здесь была доля правды: я родился в октябре, а моя мама, Ольга Павловна Журавлева, замужем Гомельская, еще в мае выходила на площадку. Соперники смеялись, что ленинградский «Спартак», за который играла мама, выступает вшестером – знали, что она играет, будучи в положении. Первой моей игрушкой в детстве были мячи. Время было трудное и небогатое: страна восстанавливалась после войны, и поэтому о каких-то невероятных игрушках я тогда и не мечтал, а вот мячи у меня были любые, самого разного размера. А в 1957 году в доме появился кубок европейских чемпионов – баскетбольная корзина в форме древнегреческой амфоры с ручками. Кубок этого самого почетного клубного турнира в Европе выиграла команда «СКА Рига», которую тренировал папа. Мне еще не было четырех, когда я начал бросать свои резиновые мячики в эту корзину, стоящую на папином письменном столе. Результат не всегда был однозначным, но можно считать, что именно с этого нежного возраста я и приступил к тренировкам.

Я, к сожалению, не помню той финальной игры, которая проходила в Риге на стадионе «Даугава», когда был поставлен невероятный рекорд присутствия зрителей на баскетбольном матче – почти 20 тысяч. Тогда помост для игры установили на футбольном поле, чтобы вместить всех желающих – в Латвии всегда очень любили баскетбол.

Единственным детским впечатлением от той легендарной игры остался испуг, потому что после победы игроки подхватили папу на руки и стали его качать, высоко подбрасывая. Я очень испугался за папу и сдерживал слезы, только понимая, что так выражается радость.

Меня всегда привозили на баскетбольные матчи в коляске, это было даже удобно: в пятидесятые годы специализированных залов не было, играли на открытом воздухе, и вся семья со мной вместе работала в таких условиях. Папа тренировал, бабушка и мама сидели за судейским столиком и писали протоколы, а бабушка еще иногда и судила соревнования, когда приезжала к нам в Ригу в гости. Лежа в коляске, много не увидишь, да и память детская не настолько совершенна, но мне много рассказывали о том времени родные. Одной из любимых забавных историй был случай с солнцем: перед началом игры коляску со мной поставили в тень, но баскетбольные турниры длятся достаточно долго, тень сместилась, и по окончании игры солнце всю светило на меня, и не просто светило, а я получил настоящие солнечные ожоги. После этой истории папа ругал бабушку и маму: «Две баскетбольные дуры, одного ребенка уберечь не смогли!»

Я стал ходить на баскетбол и смотреть игру осмысленно, наверное, лет с 6, то есть с 1959 года, и тогда стал запоминать всех папиных игроков по именам и фамилиям. Мама всегда сидела рядом и, как правило, объясняла, что происходит на площадке. С самого раннего детства я понял, что в баскетболе способность принимать правильные решения в конечном итоге приводит к победе. Выигрывает команда, которая быстрее и чаще принимает такие решения. Я всегда с огромным удовольствием и уважением смотрел на разыгрывающих: на тех игроков на площадке, которые чаще и больше владеют мячом и раздают передачи тем, кто умеет забивать мяч в кольцо. Сейчас баскетбол – это игра, в которой играют пять на пять, по пять различных амплуа игроков в одной команде. Им присвоены номера, чтобы легче было понимать, о ком идет речь. Первый номер – разыгрывающий защитник, второй номер – атакующий защитник, третий номер – маленький форвард, то есть нападающий пониже ростом, четвертый номер – это тяжелый форвард, крупнее по своим антропометрическим данным, и, наконец, пятый номер – центровый – это обычно самый высокий игрок на площадке. Так вот, первые номера, разыгрывающие, меня всегда интересовали более всего, и я могу наизусть перечислить всех великих разыгрывающих игроков нашей страны, которые вошли в историю не только отечественного, но и мирового баскетбола.

Одним из таких игроков был капитан рижского «СКА» и сборной СССР 1950-х годов Майганис Валдманис. Уникальный разыгрывающий, никогда не забывающий о том, что на трибуне сидят зрители. Он выглядел на площадке очень элегантно, а его техника была совершенна. Уже потом, через много лет, я понял, когда начал интересоваться Национальной баскетбольной ассоциацией, что те люди, которые сравнивали игру Валдманиса с игрой Боба Кузи на площадке НБА в «Бостон Селтикс», не зря говорили, что они похожи. Эти баскетболисты напоминали друг друга техникой и видением игры, опережая свое время на много лет. Таких игроков заслуженно называют гениями, и Майганис Валдманис на месте разыгрывающего – это первый гений отечественного баскетбола.

Еще один удивительный игрок, чей дебют в сборной СССР в 1965 году я видел своими глазами, – Зураб Саканделидзе, пожалуй, самый быстрый баскетболист в Европе в то время. Сложно сравнивать его скорость со скоростью звезд Национальной баскетбольной ассоциации тех лет: Сэма Джонса, Кейси Джонса, Джери Уэста, игру которых я видел только по телевизору в записи на черно-белом экране, но «Сакко» – Зураб Саканделидзе – был невероятно быстр. Я увидел этого замечательного игрока на Чемпионате Европы в Москве, куда приехал с родителями в начале лета и где увидел сливки европейского баскетбола, и понял всю важность техники этой игры. Саканделидзе не просто пробежал 100-метровку за 11 секунд и мог бы заниматься легкой атлетикой, где стал бы непревзойденным спринтером, но на этой скорости он еще и обращался с мячом так, как будто тот составлял продолжение его руки, его кисти, его пальцев, и защищаться против такого быстрого и техничного игрока было крайне сложно. Это правило работает и сейчас – чем быстрее и техничнее игрок, тем

сложнее против него защищаться.

Много разыгрывающих игроков вызывали мое восхищение, не могу не отметить Ивана Едешко, с которым мне повезло вместе быть в ЦСКА. Играть с ним было огромным удовольствием, потому что его мастерство передачи было совершенным. Тебе нужно только открыться и оторваться от соперника хотя бы чуть-чуть – и Иван дарит тебе мяч. Именно поэтому победная передача через все поле от Ивана Едешко на Александра Белова в 1972 году в олимпийском Мюнхене ничуть меня не удивила – я тренировался с ним и видел, как легко он делает подобные передачи в нашем тренировочном зале. Таких передач Едешко раздавал много, просто они не попадали на глаза зрителям, а этот пас стал главным в его жизни: первая в истории победа сборной СССР и первое в истории поражение сборной США на олимпийском мужском баскетбольном турнире. Это была очень важная веха для нашей страны.

Я видел, как играл Арминак Алачачян, меня поражала его рафинированная, если можно так выразиться, техника. Одно удовольствие вспомнить своего приятеля и партнера по команде ЦСКА – Станислава Еремина, после которого уже начинается более молодое поколение разыгрывающих игроков, выступавших после меня. В этой плеяде нужно отметить Олимпийских чемпионов 1988 года: Вольдемараса Хомичуса, Игоря Миглиниекса и особенно Тиита Сока – вот кто был настоящим дирижером на Играх в Сеуле; после них играли Евгений Пашутин, Василий Карасев, Сергей Базаревич – великие разыгрывающие своего времени. Амплуа разыгрывающего игрока в нашей стране заслуженно уважалось, и наш баскетбол – сначала советский, а потом российский – радует болельщиков во всем мире количеством звезд именно в этой роли. Мой интерес к этому месту в команде вызван тем, что я как действующий баскетболист всегда был разыгрывающим игроком, но скромность не позволяет мне продолжить список своим именем.

Необходимость приступить к изложению истории мирового баскетбола вызвана тем, насколько интересны обстоятельства, при которых эта игра появилась на свет. Американцы по праву гордятся своим изобретением: родиной баскетбола считается город Спрингфилд штата Массачусетс. Игра появилась в колледже «Young Men Christian Association». Есть, правда, в истории ее создания один нюанс: принято считать, что баскетбол придумал доктор Джеймс Нейсмит, но в 1891 году Джеймс Нейсмит был простым преподавателем, а кроме этого был гражданином Канады, то есть получается, что замечательный вид спорта нам подарил канадец, работавший в Соединенных Штатах Америки.

Джеймс Нейсмит работал преподавателем физкультуры в этом мужском колледже, построенном на средства от благотворительности. Это было серьезное высшее учебное заведение, хорошо оборудованное и оснащенное для того времени: большой спортивный зал длиной 48 метров и шириной 32 метра с высокими потолками, электрическим освещением и балконом для зрителей. В конце века основное время на уроках физкультуры отводилось для выполнения большого количества достаточно скучных гимнастических упражнений, а любимыми играми – бейсболом и американским футболом студенты могли заниматься только на улице. Уличные игры возможны только в теплое время, а летом у студентов каникулы, и климат в Массачусетсе не располагает к круглогодичным занятиям физкультурой на свежем воздухе, поэтому директор колледжа, чье имя история для нас не сохранила, дал преподавателю Джеймсу Нейсмиту задание придумать подвижную игру с мячом в зале. Трудно сказать, легко ли далась господину Нейсмиту эта задача, но через две недели он сообщил директору, что придумал игру, в которой основной целью является забить как можно больше голов – он употреблял именно слово «гол» – в корзину соперника, которая находится на высоте, то есть до нее нельзя дотянуться. Высота, на которой должна быть расположена корзина, – одно из правил, придуманных Нейсмитом и сохранившихся до сих пор, – составляла 10 футов, то есть 3 метра и 5 сантиметров. Это связано с тем, что именно на этой высоте в спортивном зале колледжа располагалась нижняя кромка балкона, к которой была приколочена корзина из-под персиков. С персиками связана очень смешная история: в Массачусетсе персики не росли из-за слишком сурового климата, они

привозились из штатов с более мягкими погодными условиями, например из Джорджии – настоящего персикового штата. По всей стране персики развезжали в специальных круглых плетеных корзинах с дном, и после использования такие корзины можно было только сжигать. Для этой цели они были приготовлены на хозяйственном дворе колледжа, откуда их взял Нейсмит и приспособил в спортивном зале для новой игры. Самое интересное, что сначала корзины висели с дном. Первые баскетбольные матчи в Спрингфилде проходили 9 на 9 человек в команде, что объясняется большим количеством студентов в классе – 16–20 человек. Еще не был изобретен дриблинг: водить мяч было нельзя, а также было запрещено бегать с мячом – это второе правило, которое живо до сих пор. Согласно правилу бегать можно без мяча, а после того, как игрок поймал мяч, правило регламентирует возможность сделать два шага и остановиться на месте. Таким образом, получается, что придуманная командная игра была более мягкой, чем теперь, потому что физический контакт между игроками противоположных команд был запрещен правилами – все столкновения трактовались в пользу команды нападения. Я много раз пытался представить себе игру по правилам XIX века, и, мне кажется, что баскетбол не был таким же зрелищным, как его современный вариант, но, полагаю, что тогда игра была азартнее. Требовалось проявить определенные атлетические качества: скорость рывка, прыгучесть, выносливость и самое важное – чувство локтя – умение увидеть свободного партнера и отдать ему передачу, при этом самое важное, чтобы партнер находился на близком расстоянии от корзины, чтобы переправить туда мяч.

В обязанности судьи во время матча, а он был один, входило и доставание мяча из корзины, поэтому обязательным атрибутом первых баскетбольных игр была стремянка. Сохранились фотографии, правда сделанные спустя 10 лет, где доктор Нейсмит, стоя на такой стремянке, извлекает мяч из корзины. В действительности уже буквально через три недели, когда навыки бросков у студентов колледжа в Спрингфилде стали развиваться, стало понятно, что использование стремянки – не лучший вариант, и было принято воистину мудрейшее решение: у персиковых корзин вырезали доньшки и мяч, попадая в корзину, проваливался насквозь – вниз. Приблизительно в этот же период родилось и название игры, которое дошло до нас: «баскетбол» («баскет» – корзина, «бол» – мяч). Мне очень нравится один интересный факт – баскетбол и волейбол – ровесники, оба эти вида спорта родились в Соединенных Штатах Америки, а изобретателями являются преподаватели высших учебных заведений.

Баскетбол завоевывал популярность и развивался, менялись правила игры. Прежде всего, уменьшилось количество игроков на площадке: сначала их стало 7, а потом и 5 человек. Такие изменения были продиктованы физическими качествами самих спортсменов. Безусловно, нагрузка при игре 5 на 5 на каждого спортсмена возрастает, но поскольку баскетбол – командная игра, где разрешено неограниченное количество замен, получается, что такие замены позволяют игроку во время матча периодически отдыхать. При этом важно, что ответственность за результат среди игроков команды разделена приблизительно поровну.

Следующие изменения коснулись размеров площадки (*схема 1*). Основные сложности возникали и возникают из-за разницы между американской и международной метрической системой. Американские размеры площадки – 100 на 60 футов, то есть в пересчете на общепринятую систему – чуть меньше 30 на 16 метров. В Европе классической площадкой считается размер 28 на 16 метров. Мне кажется, что последние тенденции сближения правил профессионального баскетбола и баскетбола любительского под эгидой Международной федерации любительского баскетбола – ФИБА (*Fédération Internationale de Basketball Amateur*) скоро позволят говорить об унификации размеров площадки. Скорее всего, эталоном станет размер площадки в НБА, особенно учитывая те факты, что после Барселоны 1992 года на Олимпиаду стали допускать профессионалов НБА, а термин «любительская» в аббревиатуре ФИБА становится данью традиции – международная федерация уделяет профессиональному баскетболу не меньше внимания, чем детскому или студенческому.

Более того, скоро трехочковая дуга в ФИБА отодвинется от кольца на ту же дистанцию, на которой сейчас находится эта же трехочковая дуга в Национальной баскетбольной ассоциации, то есть на 7 метров 15 сантиметров, и тогда станет очевидно, что чем шире площадка, тем больше места в ее углах для того, чтобы производить этот трехочковый бросок. Сегодня баскетбол вырос, стал быстрее, мощнее, серьезно увеличился рост атлетов, а высокий рост подразумевает большой размер ноги. Поэтому сегодня в углу европейской площадки для игрока ростом, например, 207–208 сантиметров и 49 размером ноги просто негде поставить ступню целиком, а ему еще нужно мощно прыгнуть и сделать удар по кольцу. Логичнее и правильнее перейти на более удобные для игрока и поэтому справедливые размеры площадки баскетбольного поля, принятые в Соединенных Штатах Америки.

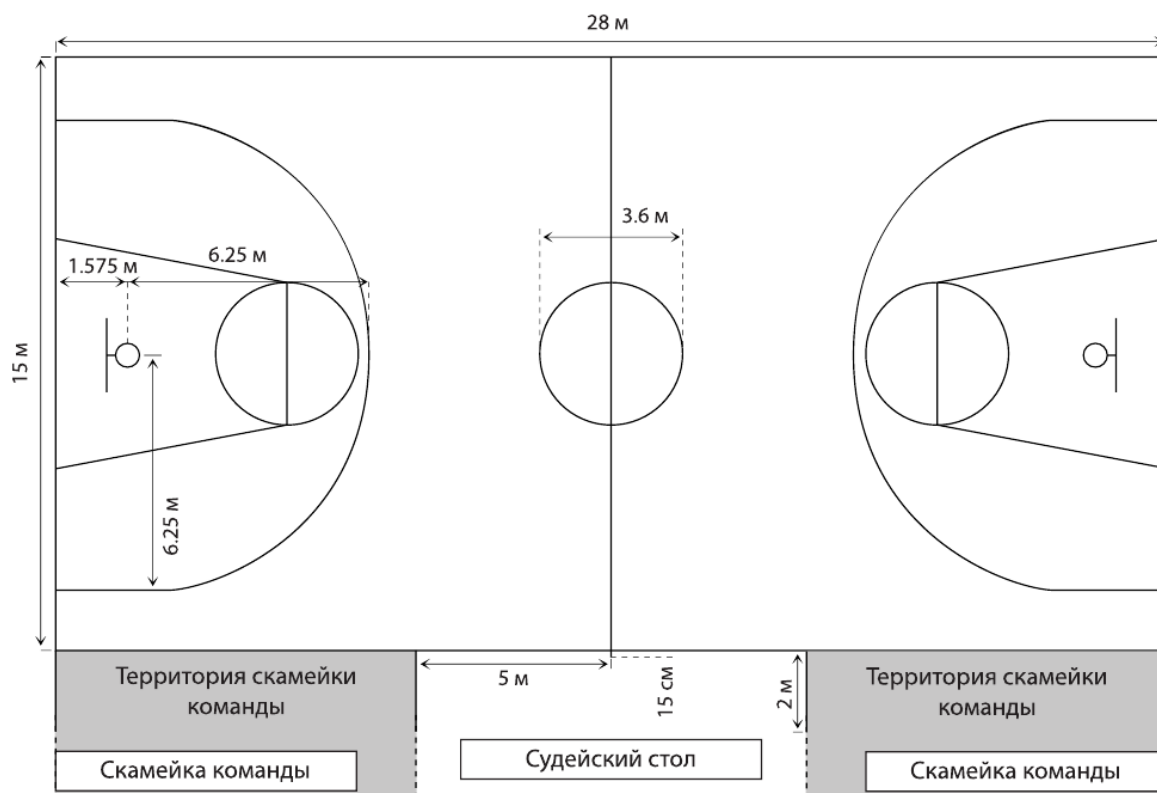


Схема 1

Мне очень хочется подчеркнуть, что триумфальное шествие баскетбола по планете началось с Соединенных Штатов Америки. Слово «триумфальное» не носит характер преувеличения и украшения, успех новоизобретенной игры был действительно колоссальный. Первая товарищеская игра в спрингфилдском колледже состоялась в феврале 1892 года, а первый матч между сборными команд университетов состоялся уже в 1894 году, то есть через 2 года. А уже в 1896 году баскетбол был включен в программу физической подготовки американской армии и военно-морского флота, потому что большинство военнослужащих получили образование в университетах, и правила игры им были знакомы. Эту игру полюбили миллионы. С 1904 года разыгрывается чемпионат США среди студентов. Правда, профессиональное сообщество спортсменов отреагировало не слишком оперативно – Национальная баскетбольная ассоциация была организована только в 1946 году. Вряд ли американцы задумывались о серьезной экспансии баскетбола в мире, вероятно, совпали собственная энергичность нации и удачные правила игры, но вскоре новый вид спорта завоевал весь мир.

В Россию баскетбол впервые проник через крупнейший порт – Санкт-Петербург, где стоящие на якоре американские матросы играли между собой. Выходили на пристань, устанавливали переносные конструкции щитов с кольцами, размечали мелом поле и играли в

баскетбол. Наши в то время предпочитали играть в футбол, американцы же забивали мячи в корзину. Российское императорское атлетическое общество, которое потом стало называться спортивный клуб «Маяк», в первую очередь заинтересовалось правилами новой игры. Первые правила баскетбола на русский язык были переведены в 1897 году Львом Марковым – преподавателем английского языка гимназии. Потом правила еще несколько раз переводились и, в конце концов, последняя правильная редакция правил игры в баскетбол была опубликована в 1901 году в Тифлисе (современный Тбилиси, Грузия), где игра тоже приобретала популярность. Постоянные тренировки команд-баскетболистов спортивного клуба «Маяк» тоже начались в 1901 году, при этом не обошлось без курьезов. Английское название игры сразу не было принято, изданные в Тифлисе правила регламентировали «Бросание мяча в корзину». В 1902 году при переиздании правил слово «бросание» исключили, получилась игра – «Мяч в корзину». А сборник спортивных игр, в котором описывался баскетбол, употреблял наименование «Подвижные игры». В 1904 году комитет содействия нравственному и умственному развитию молодых людей помимо лекционных занятий стал проводить и практические занятия по физкультуре с применением элементов различных видов спорта. Вот именно это общество и стало впоследствии называться «Маяк». В 1904 году в «Маяк» на работу пришел молодой человек, петербуржец, Степан Васильев. Именно его баскетболисты России считают дедушкой отечественного баскетбола. Он был первым капитаном нашей национальной сборной и первым капитаном сборной Санкт-Петербурга, и он же впоследствии стал первым русским тренером, занимающимся с баскетбольными командами в Санкт-Петербурге.

Я могу гордиться тем фактом, что первым тренером моей бабушки, Нины Яковлевны Журавлевой, родившейся в 1909 году, а баскетболом начавшей заниматься в 1921-м, как раз и был, как они его называли, «дядя Степа» – Васильев. Я видел его только на фотографии с мужской и женской командами, которые он тренировал уже после революции в Ленинграде. Стройный, очень интересный мужчина, уже седой к тому времени, одетый с иголки и, со слов бабушки, обладающий необыкновенными манерами. Всегда чувствовалось, что этот человек учился еще при царе, он знал все правила этикета и умело их использовал. Патриарх русского баскетбола обладал очень важным качеством для спортсмена – он не мог не соревноваться.

Первый матч, который был проведен спортивным обществом «Маяк» в Санкт-Петербурге, состоялся в 1906 году. Некоторые историки баскетбола говорят, что до этого матча проводились товарищеские встречи с командами американских моряков в порту Санкт-Петербурга, но это был первый официальный турнир, который прошел на площадке спортивного общества «Маяк», в нем принимало участие 4 команды. На самом деле это была одна и та же баскетбольная секция «Маяка», просто разделенная на четыре состава. «Белые», «лиловые», «голубые» и «синие» – по цвету маек, в которых они выходили на площадку; за лиловых играл Степан Васильев, его команда и одержала победу в первом официальном турнире на нашей территории.

Ну а дальше все закрутилось. Баскетбол покорял всех азартом и доступностью: проблема необходимости достаточно сложного оборудования решалась легко: в стойки превращаются любые столбы, щит может быть деревянным, а кольца прибиваются к столбу обыкновенными гвоздями. Изготовить самостоятельно кольцо диаметром 61 сантиметр совсем несложно, а именно такой диаметр у правильного кольца: 2 фута, фут равен 305 миллиметрам, то есть ровно 61 сантиметр. При этом еще доктор Нейсмит определил, что диаметр баскетбольного мяча должен быть 30,5 сантиметра, и два мяча в кольцо не могут пролезть, застревают.

В баскетбол начали играть не только в Санкт-Петербурге, но и в Москве. Москва и Санкт-Петербург всегда соперничали между собой во всех сферах, в том числе и спортивной. Баскетбольные секции открываются сначала в Москве, потом в Киеве, Одессе, Харькове, Тбилиси, Средней Азии, в Ташкенте и в Алма-Ате, баскетбол уверенно зашагал по нашей стране. И когда в 1918 году был организован Всевобуч – всеобщее военное обучение,

в программу курса были включены некоторые спортивные игры, а особенно замечательно, что баскетбол ввели практически в каждой воинской части, и в каждом гарнизоне появилась площадка. Баскетбольные мячи шили тогда из натуральной кожи и вручную. Они были камерными, то есть с завязками: люди старшего поколения помнят такие мячи, ими и в футбол играли очень долго. Начальники физической подготовки полков начали обучать играть в баскетбол солдат революционной Красной Армии, и оказалось, что в нашей стране очень много людей, словно созданных для этой игры.

Первый чемпионат СССР по баскетболу в 1928 году проводился не для клубных команд, он назывался турнир городов: соревновались сборные команды из 12 крупнейших городов, первым победителем такого турнира стала Москва. Не все города остались в анналах истории, но Москва, Ленинград, Киев, Одесса, Харьков и Тбилиси в том турнире принимали участие. Все это были довоенные турниры, в которых не участвовали представительства прибалтийских стран, где баскетбол появился еще раньше и был даже более популярен, чем в РСФСР, а потом и в СССР. Баскетбол в России, на Украине, в Грузии и в республиках Средней Азии развивался независимо от стран Балтии.

Первый международный матч, в котором принимали участие российские баскетболисты, прошел в 1907 году, тоже в Санкт-Петербурге, на тех же площадках спортивного общества «Маяк», и именно тогда наша команда одержала победу над родоначальниками баскетбола. Этому есть логичное объяснение: сборная Санкт-Петербурга обыграла сборную американского корабля, а люди, которые тренируются как минимум трижды в неделю, легко обыграют тех, кто тренировался давно и вышел на площадку, чтобы получить удовольствие. Такой победой особенно гордиться не приходится. Но что касается первых международных турниров, необходимо заметить, что в истории мирового баскетбола есть несколько знаковых дат для любителей этого вида спорта.

Первый раз баскетбол на Олимпиаде увидели в Сент-Луисе, в Соединенных Штатах Америки, но тогда этот показательный турнир, в котором принимали участие всего две команды из США, не пользовался популярностью, и о нем нет сведений в справочниках, разве только в самых дотошных. Зато в 1936 году баскетбол был введен как показательный вид спорта на Олимпиаде в Берлине, и там проводился турнир, в котором принимало участие 19 сборных команд. Победу в турнире одержала сборная США, легко обыгравшая всех своих соперников, например, первый матч со сборной Уругвая американцы выиграли со счетом 39:7, можно представить разницу в классе участников. Международный олимпийский комитет признал баскетбол официальным видом спорта в 1936 году, и это заслуга доктора Вильяма Джонса – американца, фанатика баскетбола, у которого был бизнес в Лондоне, где он проводил товарищеские турниры и организовал первые секции в Европе. Конечно, баскетбол развивался и во Франции, и в Бельгии, и в Голландии, до войны в него играли в Испании и в странах Прибалтики. Доктор Вильям Джонс в 1931 году организовал то, что сейчас называется ФИБА – Международная федерация баскетбола. Он пять лет добивался, чтобы эту федерацию признал Международный олимпийский комитет, и добился этого. Ему помогли в этом коллеги из Международной федерации ручного мяча, включив баскетбольный подкомитет в свою структуру искусственно и таким образом представив Международному олимпийскому комитету, после этого баскетбол стал официальным олимпийским видом спорта. Чемпионаты Европы стали проводиться с 1933 года каждые два года, не проводились только в 1939 году из-за начала Второй мировой войны и до 1945 года по этой же причине, а начиная с 1947 года и по сегодняшний день каждый нечетный год проводится Чемпионат Европы по баскетболу. В этих турнирах команда нашей страны – сначала СССР, а потом России, выступала всегда успешно. Я прекрасно помню все победы нашей национальной команды за весь этот период, но особенно значим, на мой взгляд, выигрыш 2007 года в Мадриде, когда сборная России впервые после большого перерыва под новым названием «Сборная Российской Федерации» стала континентальным чемпионом. Эта победа нашей команды под руководством замечательного тренера Дэвида Блатта была вырвана у хозяев чемпионата – испанцев, которых все считали безусловными фаворитами

этого турнира. Мы победили с разницей в счете всего в 1 очко, а победный мяч в кольцо испанцев забил Джон Роберт Холден – американец с российским паспортом, который защищал цвета ЦСКА и нашей национальной команды на трех турнирах подряд: на двух Чемпионатах Европы и на Олимпиаде в Пекине в 2008 году, за что ему и всем игрокам команды было присвоено звание заслуженных мастеров спорта Российской Федерации.

Баскетбол развивается, баскетбол не стоит на месте. Вот уже много лет согласительная комиссия НБА и ФИБА старается выработать унифицированные правила во всем мире для облегчения жизни не только игрокам и тренерам, но и болельщикам. Я очень надеюсь, что когда-нибудь мы увидим этот свод правил на более чем 200 языках федераций, входящих в ФИБА, а пока технической комиссии приходится собираться раз в четыре года на конгрессе ФИБА и утверждать правила на каждые следующие четыре года, по которым будут играть во всем мире.

Заканчивая краткий исторический очерк о развитии баскетбола в мире и в России, мне бы хотелось перейти к причинам популярности этой игры и последствиям этой популярности.

Популярность любого вида спорта зависит от широты географического распространения. В баскетбол сейчас играют в 209 странах мира, то есть в ФИБА зарегистрировано 209 членов: последние две были приняты на конгрессе во время Олимпиады в Лондоне в 2012 году. По количеству стран – членов Международной федерации баскетбол стоит на третьем месте после легкой атлетики и футбола. В этих странах этот вид спорта популяризируется среди школьников и молодежи в разной степени, однако программы по развитию есть в каждой, включая и Россию.

Баскетбол зарекомендовал себя не просто как один из видов олимпийского спорта, но и как особенно популярный спорт: по статистике, трансляции матчей финальных серий Чемпионата Национальной баскетбольной ассоциации смотрят одновременно 800 миллионов человек в мире, большей аудиторией может похвастаться только футбол. Если зритель пришел на трибуны или включает телевизионную трансляцию, значит, баскетбол интересен. Я думаю, что притягательность игры очень важна, потому что отличительная ее особенность – зрелищность: быстрая схватка очень атлетичных, крепких спортсменов, постоянно перемещающихся по площадке. После того как игра стала контактной, баскетболисты вытворяют с мячом такие штуки, которые можно увидеть только в цирке («Гарлем Глоб Троттерс» (Harlem Globe Trotters) – баскетбольный цирк, где работают в рафинированной постановочной технике и выполняют эффектные трюки), но всем им далеко до того, что делали на настоящей площадке техничные звезды всех времен и народов: Айзиа Томас и Мэйджик Джонсон, Андрей Кириленко и Алексей Швед, ребята из Сербии, Хорватии, Франции, Испании и многие другие.

Баскетбол зрелищно привлекателен, красив, в игре есть моменты, которые зрители особенно выделяют: так называемые «броски сверху» и «блокшоты», которые я опишу подробнее в главе, посвященной технике, но для уточнения терминологии поясню: «бросок сверху» – это бросок двумя или одной рукой в корзину, когда мяч выносится высоко над кольцом и буквально вколачивается в сетку с силой руками игрока над кольцом. Для совершения успешного броска надо преодолеть плотную защиту, высоко выпрыгнуть и показать все свое умение или всю свою технику. «Блокшот» – это блокировка броска соперника в высоком прыжке. Блок ставят и вдали и вблизи от кольца, и это тоже очень красивый, прекрасно воспринимающийся зрительно эпизод баскетбола.

У популярности баскетбола есть еще одна составляющая – звездные игроки. Зритель ходит на известные в мире имена. Звезды в современном баскетболе – это одни из самых ярких, самых известных в мире спортсменов, кроме того, они еще и наиболее высокооплачиваемые. Большинство именитых атлетов – 80 % топового списка – американцы, игроки, которые родились, выросли и научились играть в баскетбол в США. Но среди звезд мирового баскетбола известны не только американцы, с того момента, как американские менеджеры, скауты, селекционеры перестали быть консерваторами и стали

приглашать в Соединенные Штаты Америки лучших игроков из Европы, Азии, Африки – сначала просто как студентов университета, играющих за университетские команды, а потом и в клубы Национальной баскетбольной ассоциации – и сегодня количество иностранных знаменитостей только увеличивается. Спортсмены, попадающие в НБА, сразу поднимаются на пик популярности, одновременно возрастает известность тех стран, откуда они родом. Ярким примером может послужить Китай: первым китайцем, который попал в Национальную баскетбольную ассоциацию, был центровый игрок Яо Мин, с которым связана забавная история. Китайцы, как известно, малорослая нация, но на миллиард человек нашелся не просто высокий, а очень высокий человек – рост Яо Мина 2 метра 29 сантиметров. Спортсмен он был подвижный, очень трудолюбивый и старательный, считается, что это отличительная национальная черта китайцев. Когда Яо Мин появился на площадке в составе клуба «Хьюстон Рокетс», оставшийся дома миллиард китайцев неожиданно заболел баскетболом.

Я был свидетелем уникального эпизода: в своем втором сезоне Яо Мин добился того, что его пригласили участвовать в «Матче всех звезд НБА», который я комментировал для отечественного телевидения. Это очень важное мероприятие, настоящий парад звезд баскетбола, который длится с пятницы по воскресенье – весь уикенд, а непосредственно «Матч всех звезд» Восточной конференции и Западной конференции проходит в воскресенье вечером. Впервые национальное телевидение Китая ССТВ прислало своих комментаторов на этот матч, потому что там участвовал Яо Мин. Был установлен новый мировой рекорд по количеству просмотров этого мероприятия – за счет Китая матч посмотрели почти миллиард человек. Я не уверен, что по этому поводу есть статистические данные, но мои китайские коллеги говорили, что в тот вечер весь Китай смотрел только баскетбол. Безусловно, Яо Мин сразу же, в один вечер, стал самым популярным спортсменом Китая и остается им до сих пор, несмотря на то что его карьера обидно прервалась из-за тяжелой травмы.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.