

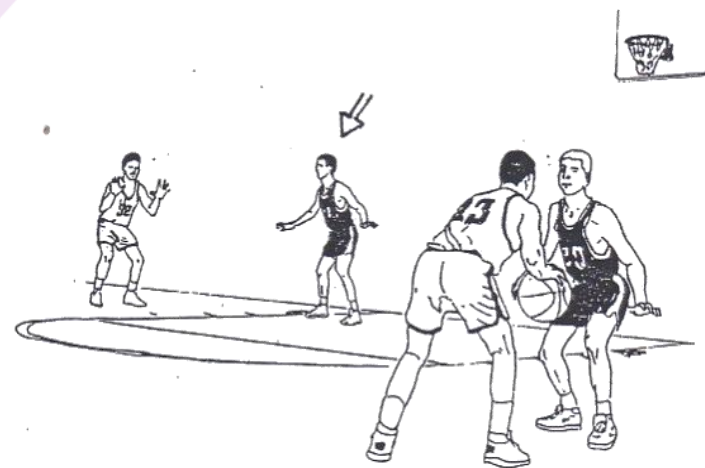


บทที่ 2

เทคนิค กลวิธีการเล่น

เฉพาะตำแหน่ง

(เทคนิคการฝึกทักษะการป้องกัน)

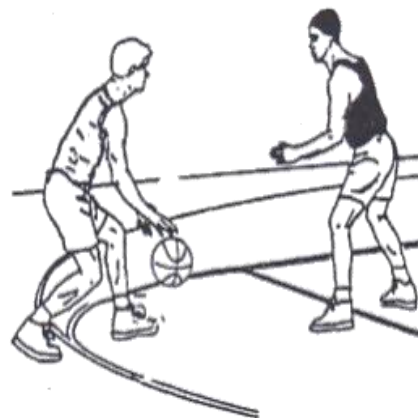


อาจารย์ ดร.รวิวรรณ สือสุวรรณ
สาขาวิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม



ฝึกเทคนิคการก้าวกระโดดยิงประตู

กีฬาบาสเกตบอลลักษณะของผู้ป้องกันจะต้องเคลื่อนที่ป้องกันผู้เลี้ยงลูกบอล โดยการเคลื่อนที่แบบสไลด์ โดยพยายามใช้มือด้านเดียวกับการเลี้ยงลูกบอลของฝ่ายตรงข้ามรบกวนการเลี้ยง เพื่อสร้างความกังวลในการเลี้ยง และยังทำให้ผู้เลี้ยงลูกบอลพลาดโอกาสในการส่งที่ดีอีกด้วย นอกจากนี้ถ้าผู้เลี้ยงลูกบอลสิ้นสุดการเลี้ยงเมื่อใดให้ผู้ป้องกันเข้าประชิดตัวเพื่อมิให้ฝ่ายตรงข้ามยิงประตูหรือ ส่งลูกบอลให้ผู้เล่นคนอื่นได้ง่าย





การป้องกันคนที่อยู่ใกล้ลูกบอล

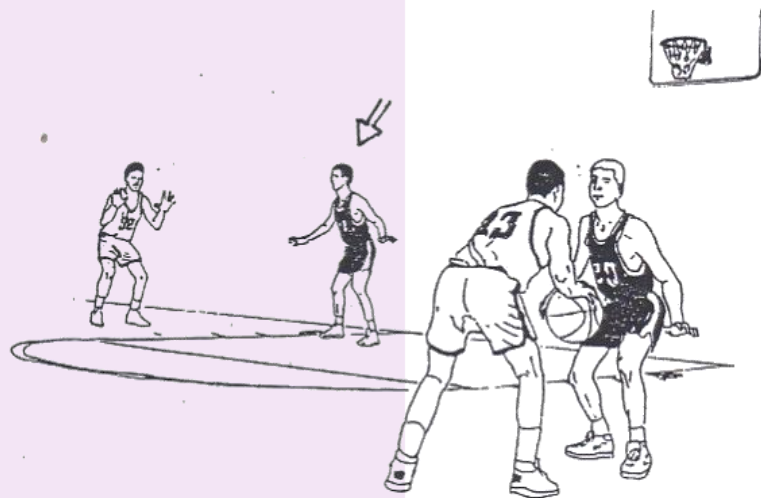
การป้องกันคนไม่มีบอลที่อยู่ใกล้ลูกบอลนั้น ผู้ป้องกันจะต้องก้าวเท้าด้านที่ผู้ครอบครองลูกบอลอยู่และยื่นแขนออกมาเพื่อสกัดการส่ง – รับลูกบอลของฝ่ายรุก





การป้องกันคนที่อยู่ใกล้ลูกบอล

ทักษะการป้องกันโดยคนไม่ได้ครอบครองบอลและตำแหน่งอยู่ใกล้ลูกบอล ผู้ป้องกันสามารถเคลื่อนตัวออกจากคู่ต่อสู้ ในลักษณะที่มองเห็นทั้งผู้ที่ทำการป้องกัน และผู้ครอบครองลูกบอล ลักษณะการเคลื่อนที่ออกจากฝ่ายรุกของผู้ป้องกัน เราเรียกว่า โฟรตติ้ง (Floating)





การป้องกันผู้เล่นที่อยู่ใกล้ห่วงประตู

เกมการเล่นบาสเกตบอลหรือเกมการแข่งขันลักษณะการป้องกันผู้เล่นที่อยู่ใกล้ห่วงหรือการป้องกันตำแหน่งผู้แย่งลูกบอล (Post) ผู้ป้องกันจะต้องป้องกันโดยขวางทิศทางของรับลูกบอลทุกทิศทาง ซึ่งทำได้ 3 ลักษณะด้วยกัน

การป้องกันทางด้านหลังของผู้เล่นฝ่ายรุก

การป้องกันด้านหน้าของผู้เล่นฝ่ายรุก

การป้องกันด้านข้างของผู้เล่นฝ่ายรุก

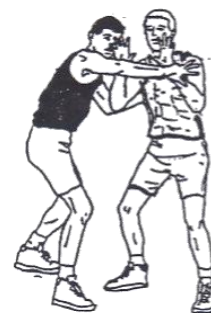


การป้องกันผู้เล่นที่อยู่ใกล้ห่วงประตู

1 การป้องกันทางด้านหลังของผู้เล่นฝ่ายรุก เพื่อความพร้อมในการสกัดเส้นทางสู่ห่วงประตูทันทีที่ฝ่ายรุกรับลูกบอลได้

2 การป้องกันด้านหน้าของผู้เล่นฝ่ายรุก โดยการที่ผู้ป้องกันเพื่อนที่ไปอยู่ด้านหน้าระหว่างฝ่ายรุกกับผู้ครอบครองลูกบอล

3 การป้องกันด้านข้างของผู้เล่นฝ่ายรุก ผู้ป้องกันอยู่ด้านข้างของผู้เล่นฝ่ายรุก ยื่นแขนข้างที่อยู่ข้างหน้าบังฝ่ายรุกไว้เพื่อป้องกันการรับลูกบอลและก้าวขาที่อยู่ข้างหน้ามาฝากไว้ที่ด้านหน้าของผู้เล่นฝ่ายรุกด้วย





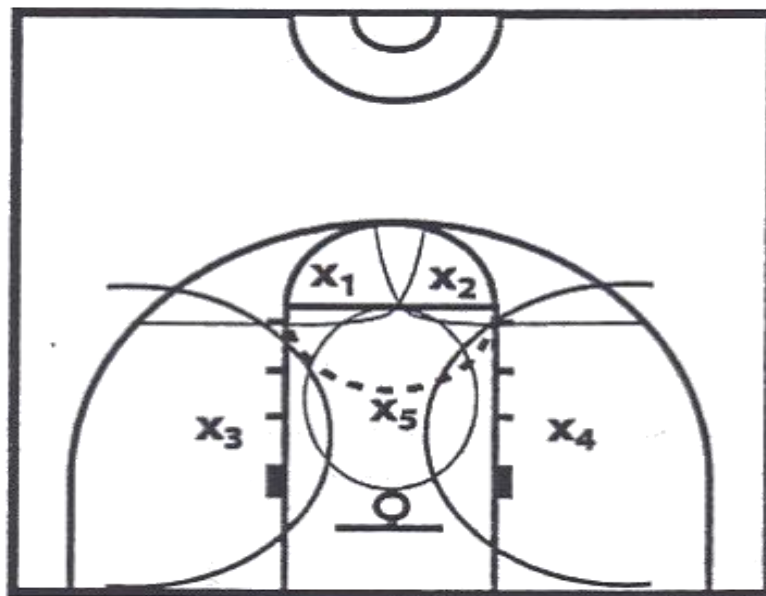
การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

การป้องกันแบบโซน หมายถึง การที่จัดผู้เล่น 5 คนในสนามให้ป้องกันอยู่ในเขตพื้นที่บริเวณใกล้ห่วงประตู เพื่อสกัดกั้นฝ่ายรุกจากการเล่นเกมรุกเร็ว และป้องกันทีมที่มีความสามารถในการเข้าทำประตูในระยะใกล้ได้เป็นอย่างดี หรือพูดอีกนัยหนึ่งก็คือ เป็นการป้องกันที่บีบบังคับให้ฝ่ายตรงข้ามให้ทำประตูได้จากการยิงประตูระยะไกลเป็นส่วนใหญ่ การป้องกันแบบโซนนั้นจำเป็นต้องอาศัยความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของผู้เล่นทั้ง 5 คน ในการเคลื่อนที่เพื่อปิดช่องว่างของการป้องกัน ซึ่งทำให้การป้องกันแบบนี้เกิดความเหนียวแน่นมากขึ้น พร้อมทั้งจะสกัดทีมที่มีความสามารถในการเลี้ยงหลบหลีกเพื่อเข้าทำประตูด้านในได้เป็นอย่างดี



การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

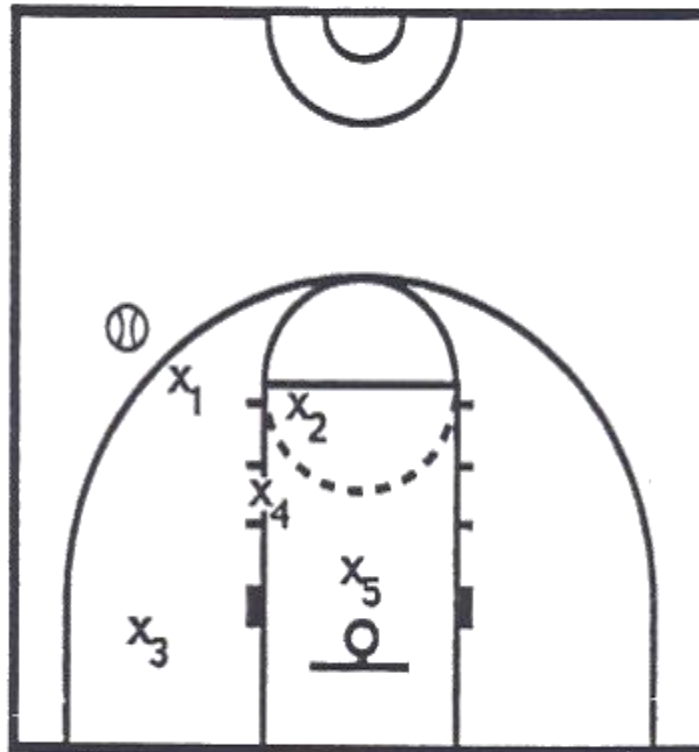
ลักษณะของการพื้นที่รับผิดชอบ นักกีฬาใหม่เพื่อให้รับผิดชอบในพื้นที่ที่กำหนดให้ ซึ่งมีรูปแบบการยืนได้หลายอย่างดังนี้ ลักษณะป้องกันโซนแบบ 2:1:2 เป็นการยืนป้องกันที่ครอบคลุมพื้นที่ได้อย่างสมดุล โดยเฉพาะการ ป้องกันการทำประตูบริเวณพื้นที่ด้านในใกล้บวกประตู ซึ่งผู้เล่นแต่ละคนจะต้องรับผิดชอบพื้นที่





การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

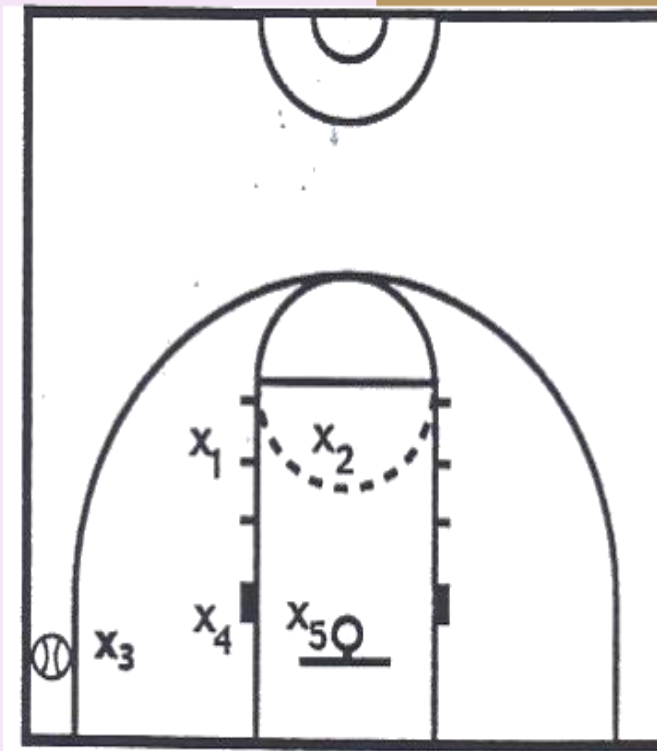
การป้องกันโซนแบบ 2:1:2 เมื่อมีลูกบอลอยู่ด้านข้างของพื้นที่การป้องกัน ผู้เล่นแต่ละคนจะต้องเคลื่อนที่รับผิดชอบผู้เล่นที่ครอบครองบอลและพื้นที่ในการป้องกัน





การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

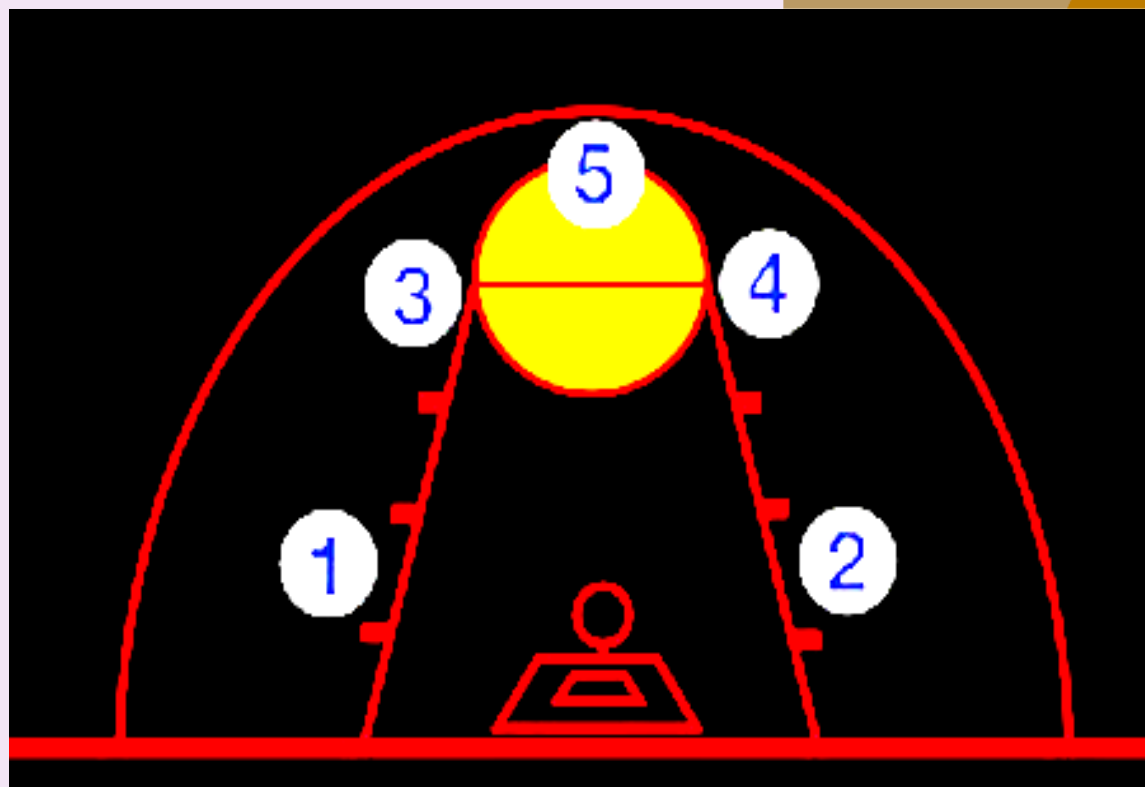
การป้องกันโซนแบบ 2:1:2 เมื่อมีลูกบอลอยู่บริเวณมุมสนาม ผู้เล่นแต่ละคนจะต้องเคลื่อนที่รับผิดชอบผู้เล่นที่ครอบครองลูกบอล และพื้นที่ในการป้องกัน





การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

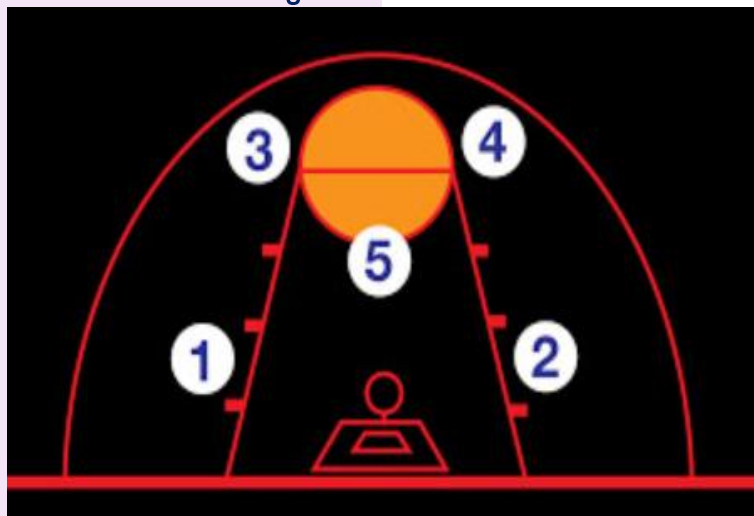
การป้องกันโซนแบบ 1:2:2 เป็นการป้องกันการยิงประตูในระยะไกลบริเวณหัวกะโหลกของเขตโทษได้ดี ในการป้องกันฝ่ายตรงข้ามที่รุกได้แป้นและการตั้งรับแบบนี้จะมีผู้เล่นอยู่หน้า 1 คน อยู่กลาง 2 คนคอยดูแลรับผิดชอบในพื้นที่ของตนเอง





การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

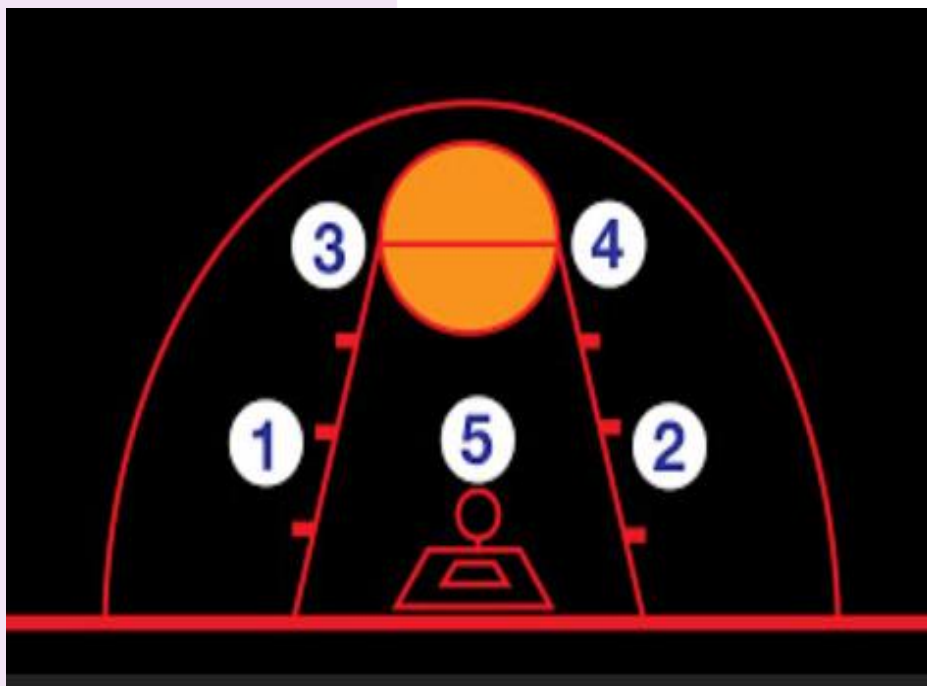
การป้องกันโซนแบบ 2:1:2 การตั้งรับแบบนี้จะมีผู้เล่นอยู่หน้า 2 คน กลาง 1 คน และอยู่หลัง 2 คน โดยแต่ละคนจะต้องคอยดูแลรับผิดชอบในพื้นที่ของตน ผู้เล่น 2 คน ปกติคือการ์ดอยู่ด้านบนบนของเส้นยิงโทษทั้งสองข้าง อีก 1 คนอยู่ตรงกลางกระโหลกปกติคือ เซ็นเตอร์และอีก 2 คนอยู่ตรงเส้นเขตยิงโทษด้านล่างทั้ง 2 ข้าง โดยปกติคือผู้เล่นหน้า (ฟอร์เวิร์ด) เป้าหมายของทุกตำแหน่ง คือ ป้องกันพร้อม ๆ กันสองคนเพื่อผลักดันให้ผู้เล่น ที่ครองบอลไปยังเขตที่มีผู้เล่นอีก 2 คนป้องกันอยู่





การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

การป้องกันโซนแบบ 2:3 ผู้เล่น 2 คน ปกติกคือการอยู่ด้านบนของเส้นยิงโทษทั้งสองข้าง โดยที่อีก 3 คน จะกระจายเป็นแถวแนวขวางของเขตยิงโทษ มักใช้กับทีมตรงข้ามที่มีความสามารถรุกได้เป็นอย่างดีโดยการตั้งรับแบบนี้จะมีผู้เล่น 2 คน อยู่หน้าและหลัง 3 คน คอยดูแลรับผิดชอบในพื้นที่ของตน





การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

การป้องกันโซนแบบ 3:2 ใช้เมื่อผู้เล่นศูนย์หน้าและผู้เล่นหลังหรือการ์ด 2 คน ยิ่งประตุนอกได้แม่นยำแต่ขาดประสิทธิภาพในการรุกได้เป็นนัยโดยการตั้งรับแบบนี้จะมีผู้เล่นอยู่หน้า 3 คน และอยู่หลัง 2 คน คอยรับผิดชอบในพื้นที่ของตน





ลักษณะการป้องกันแบบเพรส

การป้องกันแบบเพรสเป็นลักษณะการป้องกันที่ประกบผู้เล่น โดยสามารถปฏิบัติ
การป้องกันได้ 2 ลักษณะด้วยกัน

การป้องกันแบบเพรส โดยใช้วิธีการป้องกันแบบคนต่อ
คน (Man To Man Pressing)

การป้องกันเพรสโดยใช้วิธีป้องกันแบบตั้งโซน (Zone
Pressing)



ลักษณะการป้องกันแบบเพรส

การป้องกันแบบเพรส โดยใช้วิธีการป้องกันแบบคนต่อคน (Man To Man Pressing)

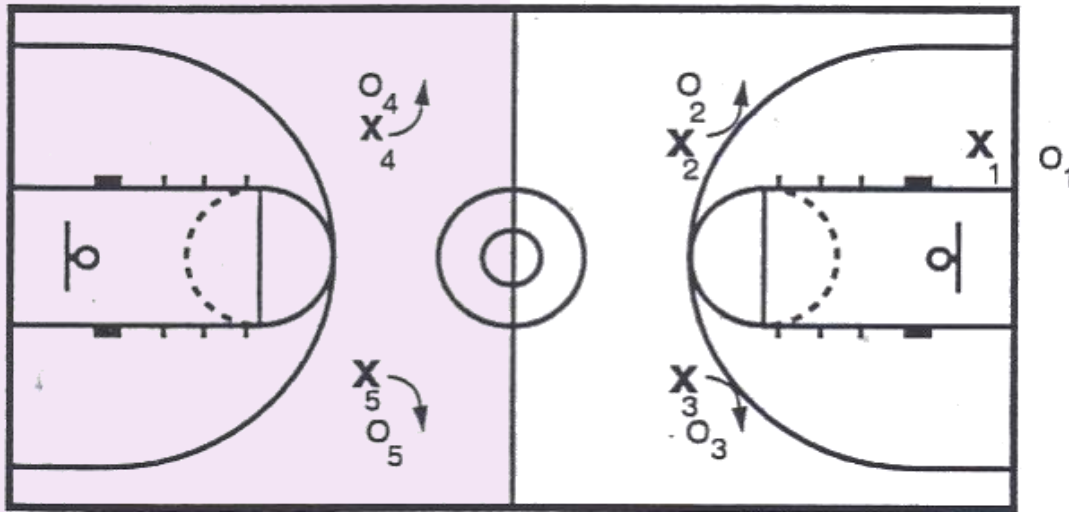
การป้องกันเพรสด้วยวิธีแบบคนต่อคนเพียงอย่างเดียว

การป้องกันการเพรสด้วยวิธีแบบคนต่อคน



การป้องกันแบบเพรส โดยใช้วิธีการป้องกันแบบคนต่อคน (Man To Man Pressing)

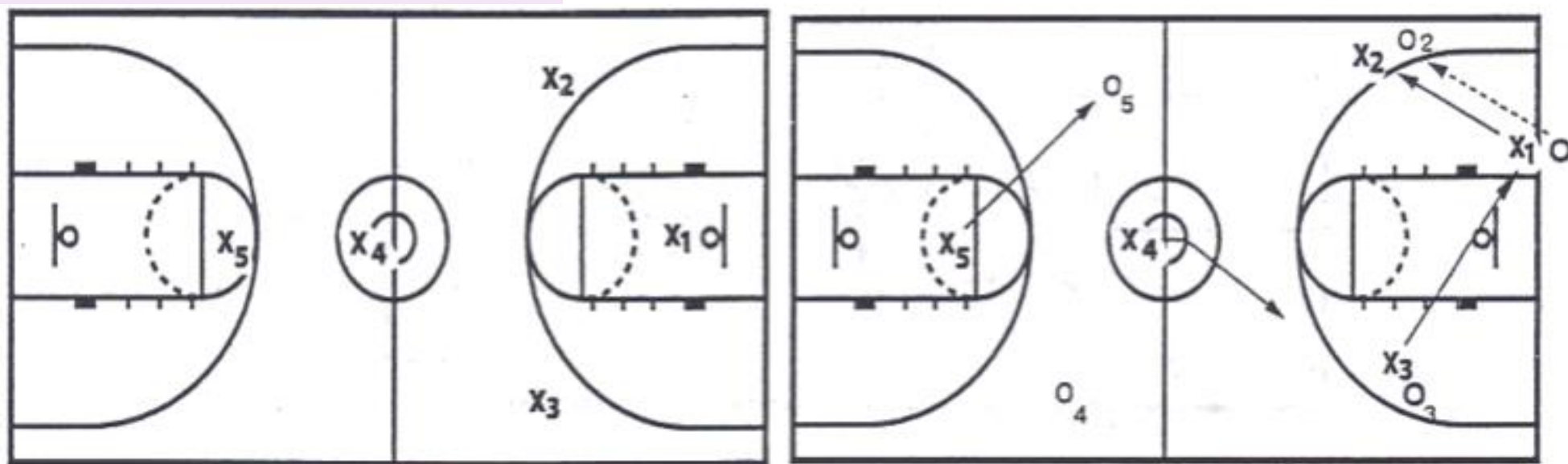
การป้องกันเพรสด้วยวิธีแบบคนต่อคนเพียงอย่างเดียว เป็นวิธีการที่นำการป้องกันแบบคนต่อคนมาใช้ในเขตพื้นที่ 3/4 ของสนามหรือเต็มสนามโดยผู้เล่นฝ่ายป้องกันแต่ละคนจะต้องประชิดตัวฝ่ายตรงข้ามด้วยการก้าวล้ำหน้าคู่ต่อสู้ (Front) เสมอและติดตามคู่ต่อสู้อย่างกระชั้นชิดได้ทุกหนทุกแห่ง





การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

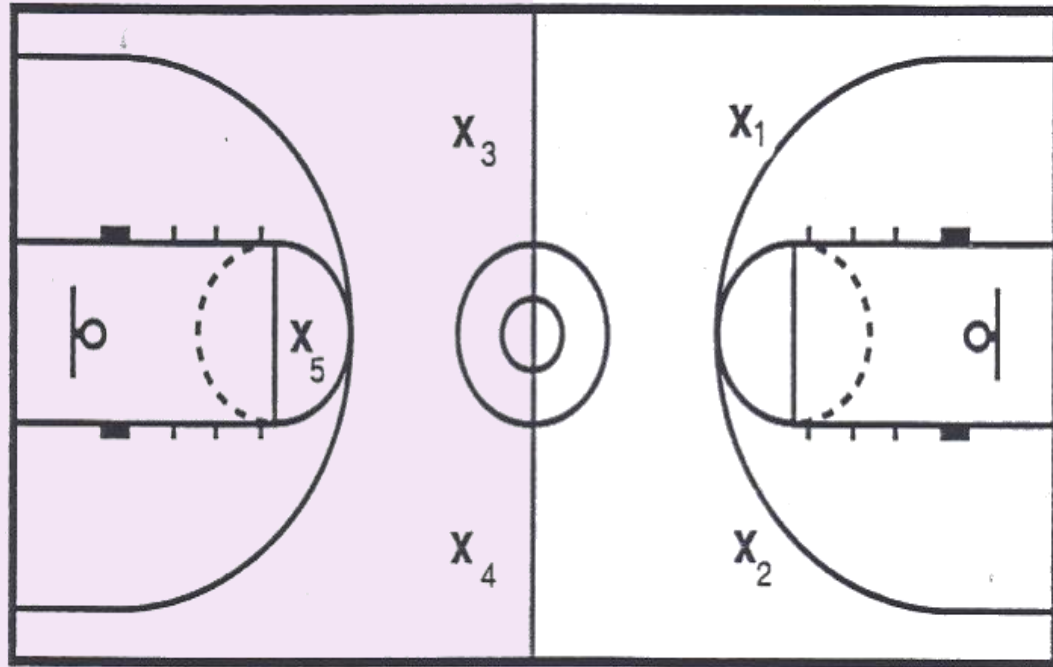
การป้องกันโซนเพรสแบบ 1:2:1:1 กดดันเต็มสนาม ตั้งรูปแบบ 1:2:1:1 แบบเต็มสนาม จะเป็นลักษณะวางกับดักให้ส่งหรือเลี้ยงเข้าพื้นที่อันตรายและดับ การป้องกัน 2 คนหรือดับเบิลทีม (Double Team) โดยผู้ป้องกันเคลื่อนที่มาป้องกันคนใกล้ลูกบอล ทุกคน โดยตั้งผู้เล่นอยู่ไกลที่สุด 2 คนให้มีผู้ป้องกันคนเดียว หรือคนป้องกันคนเดียวต้องรับผิดชอบผู้เล่นทีมรุก 2 คนโดย





การป้องกันแบบพื้นที่หรือแบบตั้งโซน (Zone Defense)

การป้องกันโซนเพรสแบบ 2:2:1 กดดัน 3/4 ของสนาม ตั้งรูปแบบ 2:2:1 แบบครึ่งสนาม วางกับดักให้ส่งหรือเลี้ยงเข้าพื้นที่อันตราย แล้วเข้าทำการป้องกันสองคนหรือดับเบิลทีม (Double Team) เพื่อป้องกันการที่ป้องกันคนใกล้ลูกบอลทุกคน โดยทีมผู้เล่นที่อยู่ไกลที่สุด 2 คน ให้ผู้ป้องกัน 1 คน





การป้องกันในสถานการณ์พิเศษ

การแข่งขันบาสเกตบอล เมื่อฝ่ายรุกใช้วิธีการโต้กลับอย่างรวดเร็ว ทำให้ผู้เล่นฝ่ายรุกอาจมีจำนวนมากกว่าฝ่ายป้องกันได้ ได้แก่ ฝ่ายรุกมี 2 คน ขณะมีฝ่ายป้องกัน 1 คน หรือฝ่ายลูก 3 คน ขณะนี้ฝ่ายป้องกัน 2 คน หรือในการแข่งขันฝ่ายรุกอาจจะมีผู้เล่นที่มีความสามารถสูงมาก ทั้งด้านการควบคุมเกมการเล่น หรือมีความสามารถในการทำประตูได้ตลอดเวลา จำนวน 1-2 คน ผู้ฝึกสอนจะใช้การป้องกันแบบทั่วไปไม่ได้ จึงจำเป็นต้องใช้การป้องกันในสถานการณ์พิเศษ ซึ่งการป้องกันแบบนี้พอสรุปได้ดังนี้



การป้องกันในสถานการณ์พิเศษ

1. การป้องกันแบบฝ่ายป้องกัน 1 และฝ่ายบุก 2 คน

2. การป้องกันแบบฝ่ายป้องกัน 2 คนและฝ่ายลูก 3 คน

3. การป้องกันแบบผสมผสาน

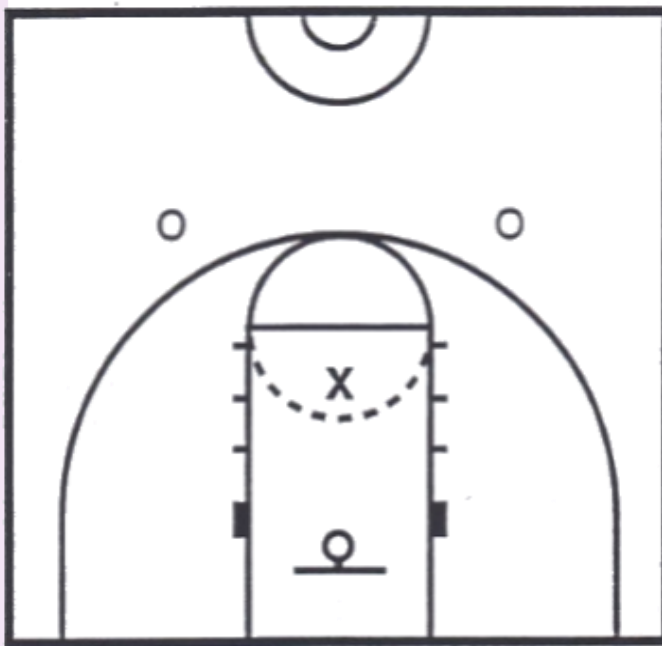
4. ป้องกันแบบคนต่อคน 1 คู่



การป้องกันในสถานการณ์พิเศษ

1. การป้องกันแบบฝ่ายป้องกัน 1 และฝ่ายบุก 2 คน

การป้องกันแบบนี้ผู้ป้องกันต้องพยายามไม่ให้ฝ่ายรุกเข้าทำประตูบริเวณใต้ห่วงประตูระยะใกล้โดยยืนอยู่บริเวณใต้ห่วงประตู และไม่ป้องกันคนใดคนหนึ่ง นั่นคือ ต้องพยายามอยู่ระหว่างผู้เล่นฝ่ายรุกทั้งสองคน

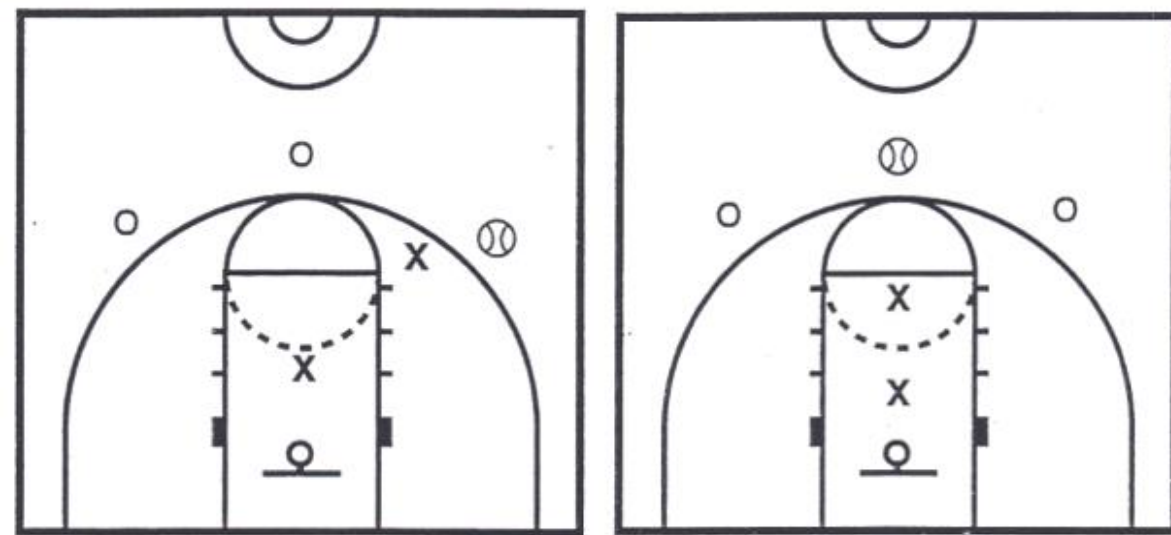




การป้องกันในสถานการณ์พิเศษ

2. การป้องกันแบบฝ่ายป้องกัน 2 คนและฝ่ายรุก 3 คน

การป้องกันแบบนี้ผู้ป้องกัน คนหนึ่งออกไปทำการป้องกันผู้ครอบครองลูกบอล อีกคนหนึ่งรับผิดชอบผู้เล่นฝ่ายรุก 2 คน โดยพยายามไม่ให้ฝ่ายรุกเข้าทำประตูบริเวณใต้ห่วงประตูได้ เราจะสังเกตได้ว่า ผู้เล่นฝ่ายป้องกันจะยืนป้องกันแบบหน้า 1 คนและหลัง 1 คนโดยผู้เล่นที่ยืนด้านหลังต้องรับผิดชอบฝ่ายรุก 2 คน





การป้องกันในสถานการณ์พิเศษ

3. การป้องกันแบบผสมผสาน

การป้องกันผสมผสานกันระหว่างการป้องกันแบบคนต่อคนและแบบตั้งโซน เมื่อฝ่ายตรงข้ามมีผู้เล่นมีความสามารถในการคุมเกมหรือความสามารถทำคะแนนได้ดีมาก ฝ่ายป้องกันก็จำเป็นต้องจัดผู้เล่นไปทำการป้องกันแบบคนต่อคนต่อผู้เล่นนั้น ส่วนผู้เล่นที่เหลือก็ให้ทำการป้องกันในเขตพื้นที่ไต้ห้วงประตู่ ซึ่งมีรูปแบบการป้องกัน



การป้องกันในสถานการณ์พิเศษ

4. ป้องกันแบบคนต่อคน 1 คู่

การป้องกันแบบคนต่อคน 1 คู่ ให้ผู้เล่นทำการป้องกัน ผู้เล่นฝ่ายรุก แบบคนต่อคนเพียงคนเดียว อีก 4 คน คนก็ คนต้องยืนป้องกันบริเวณใกล้ห่วงประตู โดยยืนป้องกันแบบกล่อง หรือแบบ 2: 2 หรือ อาจยืนแบบรูปเพชร แบบ 1:2:1 ก็ได้

