



ЗАЩИТА

Авторы: В. И. Линдер

ЗАЩИТА в спорте. 1) Действия спортсмена в единоборствах (боксе, борьбе, фехтовании), а также игрока или команды в спортивных играх (футболе, баскетболе, гандболе, хоккее с шайбой, на траве или с мячом и т. д.), имеющие целью отразить *атаку* соперника и не дать ему добиться результата. 2) В шахматах и шашках – отражение наступательных действий или прямых угроз со стороны противника.

Виды защиты в боксе

Виды защиты в боксе и ряде других единоборств – активная, глухая, комбинированная, т. н. нырком, отходом, пассивная, эффективная и др.

Активная защита

1. В боксе – сочетание боксёром действий по нейтрализации ударов соперника с одновременным нанесением встречных и ответных ударов. 2. В борьбе – разновидность защиты, при выполнении которой борец передвижением (чаще всего в направлении усилий соперника) делает невозможным успешное завершение приёма.

Глухая защита

1. Термин, применяющийся в спортивных играх и единоборствах, характеризующий действия спортсменов, направленные только на защиту и исключаящие собственные атакующие приёмы. 2. Пассивная защита боксёра локтями, одновременно прикрывающая голову и туловище от серийных ударов соперника. 3. Защита, применяемая борцом, чтобы предотвратить любое атакующее действие соперника.

Комбинированная защита. 1. В боксе – выполнение боксёром нескольких разнотипных защит в момент нанесения соперником удара или ударов. 2. В командных спортивных играх – организация обороны, когда одна часть игроков команды действует по принципу зонной защиты, а другая часть – по принципу персональной защиты.

«Нырком» защита

Круговое движение с наклоном туловища боксёра под бьющую руку в целях ухода от бокового удара в голову.

Пассивная защита

1. Относительно продолжительная по времени нейтрализация боксёром ударов соперника без нанесения встречных и ответных ударов. 2. Защита борца, характерной чертой которой является противопоставление усилиям соперника равных и противоположно направленных усилий, а также защита, после которой борец не переходит к выполнению контрприёма.

Эффективная защита

Защита боксёра, характеризующаяся низким процентом пропущенных ударов.

В упомянутых выше командных видах спорта с успехом используется персональная защита, при которой каждый защищающийся игрок противодействует конкретному сопернику, или зонная защита, когда защищающиеся игроки обороняются в пределах определённых зон. В волейболе в защитных действиях участвует вся команда (все 6 игроков, находящихся на площадке), при этом наиболее эффективны две защитные схемы – «углом назад» или «углом вперёд» (в зависимости от нахождения защитника за блокирующими игроками).

Защита в фехтовании

Невозможно представить фехтовальный поединок без чёткого и правильного выполнения приёмов защиты (с любым видом оружия – рапиры, сабли, шпаги); при этом исключительное значение имеют малейшие нюансы движений. Например, т. н. первая защита фехтовальщика (из девяти наиболее часто применяемых) осуществляется перемещением клинка в нижний внутренний сектор с остриём, направленным вниз-вперёд, а ладонь вооружённой руки повернута вниз; при восьмой защите фехтовальщика, выполняемой на рапирах и шпагах клинок перемещается в нижний наружный сектор с остриём, направленным вниз-вперёд, при этом ладонь вооружённой руки повернута вверх. Применяются также конкретные круговая, верхняя, обобщающая, полукруговые простая, крепкое удержание, уступающая и др. виды защиты в фехтовании.

Защита в шахматах

1) Многие теоретические разработки в начале игры (дебюте) носят имена тех шахматистов, которые первыми успешно применили их на практике, например, защита Алехина, защита Грюнфельда, защита Нимцовича, или двух шахматистов, вместе занимавшихся разработкой защитных вариантов в том или ином дебюте, например, защита Каро-Канн, или почти одновременно в разных странах, например, защита Пирца–Уфимцева; 2) Нередко этим началам дают названия в зависимости от места, где оно было впервые применено – Скандинавская защита, Французская защита, Голландская защита, Сицилианская защита и т. д. 3) Так же различают активную защиту, предусматривающую не только отражение угроз соперника, но и подготовку проведения встречного наступления, и пассивную защиту, когда защищающаяся сторона ограничивается оборонительными действиями.

Умение совмещать чёткие защитные действия с контратакующими и атакующими необходимо не только в столь динамичных игровых видах спорта, как теннис, настольный теннис и бадминтон, но и во всех выше перечисленных. (См. так же статью [Атака](#) в спорте.)

Литература

Лит.: Шахматы. Энциклопедический словарь. М., 1990; Толковый словарь спортивных терминов, М., 1993; Бокс. Энциклопедия. (Составитель Тараторин Н. Н.), М., 1998.