

показателем зрительно-моторной реакции на движущийся объект ($\rho = -0,70$). Наблюдается зависимость решения спортивных двигательных задач при приеме мяча и психической надежностью ($\rho = 0,57$) и зрительно-поисковой реакцией ($\rho = 0,53$).

Заключение. В плане изучения параметров, обуславливающих профессионализм волейболисток, установлена зависимость составляющих нервной системы, функции зрительного анализатора, содержание технико-тактических противодействий, психической надежности, экстраполяции и использования интроспекция должных и реальных действий. Игровые действия волейболисток – это сплоченность мысленного решения и его моторного исполнения. Важную роль в данных компонентах играет центральная нервная система. Имеется тесная взаимосвязь между мысленным воссозданием действительности и надежностью технико-тактических действий. Степень развития потребности устранения трудностей для получения результата способствует формированию психической надежности.

Использованная литература

1. Волейбол: учебник для ВУЗов / Под общ. Ред. А.В. Беляева, М.В. Савина, - 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и Спорт, 2006. – 360 с.
2. Гончарова, А.В. Двигательные ошибки при совместном решении спортивных двигательных задач (на примере волейбола) / А.В. Гончарова, В.Б. Коренберг // XXI век. Год 2007-й. Научн. альманах МГАФК. – Малаховка, МГАФК, 2007. – С. 92–102.
3. Гончарова, А.В. Формирование волейболистками различной квалификации спортивных двигательных задач / А.В. Гончарова // Актуальные проблемы и современные технологии в системе физического воспитания и спортивной подготовки: сборник научных статей Всероссийской научно-практической конференции. – Воронеж, 2007. – С. 51 – 57.
4. Коренберг, В. Б. Кинезиологический контроль в спорте: учеб. пособие / В.Б. Коренберг. – Малаховка: МГАФК, 2004. – 110 с.
5. Рыцарев, В.В. Волейбол: попытка причинного истолкования приемов игры и процесса подготовки волейболистов / В.В. Рыцарев. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и Спорт, 2009. – 399 с.

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВРАТАРЯ В ГАНДБОЛЕ

Е.А. Жигунова, А.Г. Фурманов

Учреждение образования «Белорусский
государственный университет физической культуры»,
г. Минск, Республика Беларусь
e-mail: elena.zhahunova@gmail.com

Актуальность. Эффективность соревновательной деятельности вратаря в гандболе определяется уровнем его специальной работоспособности, которая предусматривает гармоничное комбинирование основных ее составляющих: физической подготовленности, техники отражения бросков мяча по воротам, тактического мастерства и психологической готовности.

Успех игры вратаря во многом зависит от уровня его технической подготовленности. Чтобы добиться наивысшего результата, ему необходимо учитывать все сложности игры и перестраивать свою технику к их преодолению [2].

Формирование технического мастерства голкипера начинается в учебно-тренировочных группах детско-юношеских спортивных школ и оттачивается вплоть до подготовки в группах высшего спортивного мастерства. Чтобы обеспечить необходимый рост профессионализма гандбольному вратарю, по мнению В.Я. Игнатъевой [1], следует применять разнообразные технические приемы и тактические действия.

Успешное управление подготовкой гандбольного вратаря предполагает использование информации о начальной его готовности к игре. В связи с этим особую актуальность приобретает проблема изучения его готовности к игре, что позволит более квалифицированно подойти к выбору стойки вратаря, обоснованию и разработке методических рекомендаций для обучения.

Цель исследования – анализ эффективности стоек готовности гандбольного вратаря, лежащих в основе формирования техники игровых приемов.

Материалы и методы. Для сбора научных данных нами были использованы методы исследования: 1) анализ и обобщение литературных данных; 2) анкетный опрос тренеров по гандболу; 3) методы математической статистики.

Результаты и их обсуждение. Для получения сведений о начальной готовности гандбольных вратарей к игре был использован метод анкетирования. Специалистам по гандболу был предложен анкетный опрос, состоящий из определенных утверждений, на которые им необходимо было выразить свое согласие или несогласие, представленные в баллах по разработанной нами, семибалльной шкале.

В анкетном опросе приняло участие 53 тренера, работающих в учреждение «Республиканский центр олимпийского резерва по гандболу» города Минска. Они имели разные квалификационные категории (высшей, первой, второй) и с различным стажем работы (1–5 лет, 6–10 лет, 10–15 лет и более). Из них 30% имели высшую квалификационную категорию, стаж работы 10-15 лет. 16% опрошенных имели первую квалификационную категорию и стаж работы 6-10 лет. 18% опрошенных первую квалификационную категорию, стаж работы 10-15 лет. Второй квалификационной категорией и стажем работы 1-5 лет обладали 33% респондентов.

С утверждением «Согласны ли Вы о том, что 50% успеха команды зависит от игры вратаря» мнение специалистов распределилось следующим образом:

➤ «полностью согласны» – 22% опрошенных со второй квалификационной категорией; 11% с высшей и первой (стаж работы 6-10 лет); 7% первой (стаж работы 10-15 лет и более);

➤ «согласны» – 9% тренеров с первой (стаж работы 10-15 лет и более) квалификационной категорией, по 6% – с высшей и второй квалификационной категорией и 2% с первой, со стажем работы 6-10 лет;

➤ «скорее согласны, чем не согласны» – 13% и 11% респондентов высшей и второй квалификационной категории соответственно, от 2% до 3% набрали тренеры первой категории со стажем работы 6–10 лет и 10–15 лет и более соответственно.

68% тренеров на вопрос «Какими физическими качествами преимущественно необходимо обладать вратарю для успешной игры?» отметили: гибкостью, быстротой, ловкостью. На необходимость обладать силой и выносливостью указало лишь 32%.

Утверждение о том, что «От своевременной реакции вратаря на возникающую ситуацию зависит эффективность его игры» выразили свое «полное согласие» либо «согласие» – 92% респондентов.

77% тренеров разной квалификационной категории и различного стажа работы согласились с утверждением о том, что «От самообладания вратаря в стрессовых ситуациях зависит эффективность его игры».

Было отмечено, что «От предвидения возникающих ситуаций во время игры зависит результативность действий вратаря». По этому утверждению согласилось 83% опрошенных.

Мнения тренеров о том, что к обучению технике игры вратаря необходимо приступать в группах начальной подготовки со 2-го года обучения распределилось следующим образом: 37% опрошенных были «полностью согласны» либо «частично

согласны» с этим утверждением; 39% специалистов «не согласны» либо «частично не согласны», тогда как 18% респондентов затруднились ответить по этому утверждению.

64% опрошенных тренеров считают, что к совершенствованию техники игры вратаря в учебно-тренировочных группах необходимо приступать с первого года обучения, 77% – со второго года обучения, 79% – с третьего года. Тогда как большинство тренеров с высшей квалификационной категорией считают, что к совершенствованию техники игры вратаря необходимо приступать с третьего года обучения «чем позже, тем лучше», тренеры, имеющие первую квалификационную категорию – со второго года обучения, что составило 69% опрошенных, а тренеры со второй квалификационной категорией высказывают свое мнение о том, что с первого года обучения «чем раньше, тем лучше».

О том, что «Обучение вратаря технике игры необходимо начинать с формирования стойки готовности» 87% респондентов ответили согласием и лишь 13% не согласны с этим утверждением.

На вопрос «С какой стойки готовности необходимо начинать обучение гандбольного вратаря?» – 64% опрошенных тренеров затруднились ответить. 33% респондентов считают, что обучение вратаря необходимо начинать с высокой стойки готовности, 12% – со средней и лишь 2% опрошенных – с низкой стойки готовности.

При обсуждении от чего зависит выбор стойки готовности гандбольного вратаря 73% респондентов ответили, что от физической подготовленности, 68% опрошенных считают, что выбор стойки готовности зависит от места предполагаемой атаки соперника, 57% утверждают, что от антропометрических данных и только 23% считают, что от психологического состояния вратаря.

Заключение. По результатам анкетного опроса тренеров по гандболу можно утверждать, что от своевременной реакции, самообладания вратаря и от предвидения возникающих ситуаций успех команды на 50% зависит от голкипера. При этом, по мнению тренеров, вратарю необходимо преимущественно обладать такими физическими качествами как быстрота, гибкость и ловкость.

С какого возраста необходимо приступать к обучению технике игры вратаря тренеры расходятся во мнениях, одни считают, что ранняя специализация способствует более эффективным действиям голкипера на соревнованиях, другие, что чем позже будет выбран игрок на амплу вратаря, тем надежнее будет его игра. Однако многие тренеры затрудняются ответить на это утверждение.

Многие специалисты согласны с тем, что обучение вратаря необходимо начинать со стойки готовности. Выбор ее в большей степени зависит от места предполагаемой атаки соперников, от физической подготовленности вратаря, и в меньшей степени от его психологического состояния, от его антропометрических данных.

Использованная литература

1. Игнатъева, В.Я. Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства / В.Я. Игнатъева, В.И. Тхорев, И.В. Петрачева; под общ. ред. В.Я. Игнатъевой. – М., Физическая культура, 2005. – 250 с.

2. Латышкевич, Л. А. Исследование путей повышения эффективности подготовки вратаря в игре гандбол : Автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Л. А. Латышкевич ; Киев. гос. ин-т физ. культ. – Киев, 1975. – 27с.