

ШЕСТАКОВ Игорь Геннадьевич, канд. пед. наук, доцент
*Белорусский государственный университет физической культуры,
 Минск, Республика Беларусь*

ТЕХНИКА ПОЛЕВОГО ИГРОКА В ГАНДБОЛЕ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ

Наиболее значимым видом подготовки гандболистов является техническая, содержание которой предопределяет направление тренировочного воздействия физической и тактической подготовки.

В статье представлен системный анализ литературных источников, раскрывающих теоретические основы техники игры в гандбол, ее классификацию и содержание. На основе результатов системного анализа были сделаны заключения о наличии противоречий между теоретическими положениями и практической (тренировочной и соревновательной) деятельностью гандболистов, а также рекомендованы пути их разрешения. Автором статьи представлено инновационное содержание техники игры включающее: обновленный перечень элементов техники полевого игрока, впервые разработанную последовательность обучения шести элементам техники нападения, а также последовательность обучения одному элементу.

Новшества, представленные автором статьи, позволяют значительно повысить эффективность учебно-тренировочного процесса, связанного с технической подготовкой занимающихся специализированных учебно-спортивных учреждений (СУСУ) в Республике Беларусь, что и является конечным результатом проведенного исследования.

Ключевые слова: гандбол; классификация; техника; элементы; последовательность обучения; нападение; системный анализ; рекомендации; занимающиеся гандболом; повышение эффективности.

HANDBALL FIELD PLAYER TECHNIQUE AND TRAINING SEQUENCE

Technical training of handball players is the most significant one, the content of which determines the direction of training impact of physical and tactical preparation.

The article presents a systematic analysis of literary sources that reveal the theoretical foundations of the handball technique, its classification, and content. Based on the results of the system analysis, conclusions have been made concerning the existence of contradictions between theoretical provisions and practical (training and competitive) activities of handball players; the ways to resolve them are recommended as well.

The author of the article presents the innovative content of the game technique including: an updated list of elements of the field player technique, the first developed sequence of training six elements of the attack technique, as well as a sequence of one element training.

The innovations presented by the author of the article make it possible to significantly increase the effectiveness of the educational and training process related to the technical training of students of specialized educational and sports institutions of the Republic of Belarus, which is the end result of the study.

Keywords: handball; classification; technique; elements; training sequence; attack; system analysis; recommendations; involved in handball; efficiency increasing.

Введение. Основным предметом деятельности СУСУ является подготовка спортивного резерва, отбор перспективных в спорте высших достижений учащихся и передача в другие СУСУ и УОР, ведущие подготовку в национальные и сборные команды Республики Беларусь по виду (видам) спорта, в том числе и по гандболу [12]. Исследования, позволяющие конкретизировать содержание процесса технической подготовки гандболистов, определить последовательность введения в учебно-тренировочный процесс раз-

личных элементов гандбольной техники, а также установить последовательность обучения одному определенному элементу, являются актуальными, а полученные результаты имеют высокую степень новизны.

Целью исследования является поиск и обоснование решений, способных преобразовать теоретические знания о технике игры в гандбол и, таким образом, повысить эффективность учебно-тренировочного процесса, связанного с технической подготовкой гандболистов.

Объектом исследования является техническая подготовка гандболистов, осуществляемая в СУСУ по гандболу Республики Беларусь.

Исследование проводилось в два этапа. На первом этапе осуществлялся системный анализ литературных источников [2–5, 7–10, 15, 16], описывающих технику и тактику игры в гандбол в целом и технику полевого игрока в частности.

На втором этапе, исходя из результатов исследований, полученных на первом этапе, была разработана и обоснована классификация элементов техники нападения, которая послужила основой для создания последовательности обучения шести элементам техники полевого игрока и последовательности обучения одному элементу гандбольной техники.

Системный анализ основных положений техники игры в гандболе, представленных в литературных источниках

Из всех изученных литературных источников, перечень которых приведен выше, классификация техники полевого игрока представлена только в работах В.Я. Игнатъевой [5] и В.И. Тхорева [16], а перечень приемов, составляющих технику гандбола, в работе Е.И. Ивахина [3]. При анализе этих работ было выявлено, что классификация техники полевого игрока не содержит такого элемента игры, как финт. Тем не менее, финт представлен в классификации тактики игры, а именно – в разделе «индивидуальная тактика». Ошибочность такого взгляда очевидна. Игрок в современном гандболе использует разнообразные технические движения для того, чтобы обыграть соперника. Из такого рода движений и состоит элемент техники нападения «финт». Следствием этого является то, что элемент «финт» является составной частью инновационной классификации техники нападения. Если рассматривать финт как составную часть раздела «тактика игры», то это означает, что напа-

дающий использует финт для того, чтобы обжать защитника за счет использования тактического действия (индивидуальное перемещение). Анализ тренировочной и соревновательной деятельности гандболистов убедительно доказывает, что в современном гандболе нападающий для того, чтобы обыграть защитника, применяет такой элемент техники как «финт», но ни в коем случае не тактическое перемещение, позволяющее нападающему обжать защитника в стороне от него.

Анализ вышеизложенного положения позволил выявить противоречие между фактическим нахождением финта в классификации тактика игры [5, 16] и практическим использованием техники финта в тренировочной и соревновательной деятельности.

Аналогичная ситуация была выявлена и в отношении другого приема игры – заслона. Так, в классификации техники полевого игрока, разработанной В.Я. Игнатъевой [5], заслон полностью отсутствует. Однако заслон присутствует в классификации «тактика нападения», а именно в разделе «групповые взаимодействия». В классификации, разработанной В.И. Тхоревым [16], такой прием игры присутствует, но под названием «блокировка». Нахождение приема игры «заслон» в разделе «тактика игры» является ошибочным. Если заслон является составной частью тактики, то это означает, что на овладение техникой выполнения заслона не требуется времени. Это возможно только если техника выполнения заслона является врожденным навыком у всех без исключения занимающихся гандболом и, как следствие этого, заслон можно использовать сразу (без предварительного изучения) в групповых тактических взаимодействиях. Однако теория и практика спорта свидетельствуют что, прежде чем использовать то или иное техническое действие в групповых тактических взаимодействиях, его необходимо предварительно детально

изучить [11, 12, 14]. Приведенные выше доводы дают основание утверждать, что заслон в современном гандболе является элементом гандбольной техники, но никак не тактики.

Перенос финта и заслона из раздела тактики в раздел техники является принципиально важным моментом, который коренным образом влияет на распределение учебного материала при создании программ по гандболу для СУСУ. Иными словами, увеличивается количество элементов техники нападения, подлежащих освоению, а количество тактических действий, соответственно, пропорционально уменьшается. Все это учитывается при распределении времени, отводимого на обучение им.

Анализ и приведенные выше доводы позволили выявить противоречие между фактическим нахождением приема «заслон» в классификации «тактика игры» [5, 16] и основами формирования двигательного навыка [11, 14].

Для устранения выявленных противоречий рекомендуется преобразовать классификацию техники полевого игрока за счет переноса приемов «финт» и «заслон»

из раздела «тактика игры» в раздел «техника» и таким образом создать инновационную классификацию техники полевого игрока, отвечающую современным требованиям гандбола.

Техника нападения полевого игрока (инновационная версия)

На основании результатов, полученных в ходе анализа литературных источников [2–5, 7–10, 15, 16], и для устранения выявленных противоречий была разработана инновационная классификация техники полевого игрока в гандболе, состоящая из следующих элементов: овладение мячом, передача, ведение мяча, бросок, финт, заслон (рисунок 1).

Для теории и практики гандбола важным является не только определение количества элементов, составляющих основу техники нападения полевого игрока, но и разработка эмпирической модели, определяющей очередность введения в процесс обучения юных гандболистов описанным выше шести элементам техники нападения. Наличие такой последовательности позволит значительно повысить эффективность учебно-тренировочного процесса, а его содержание сделать более до-

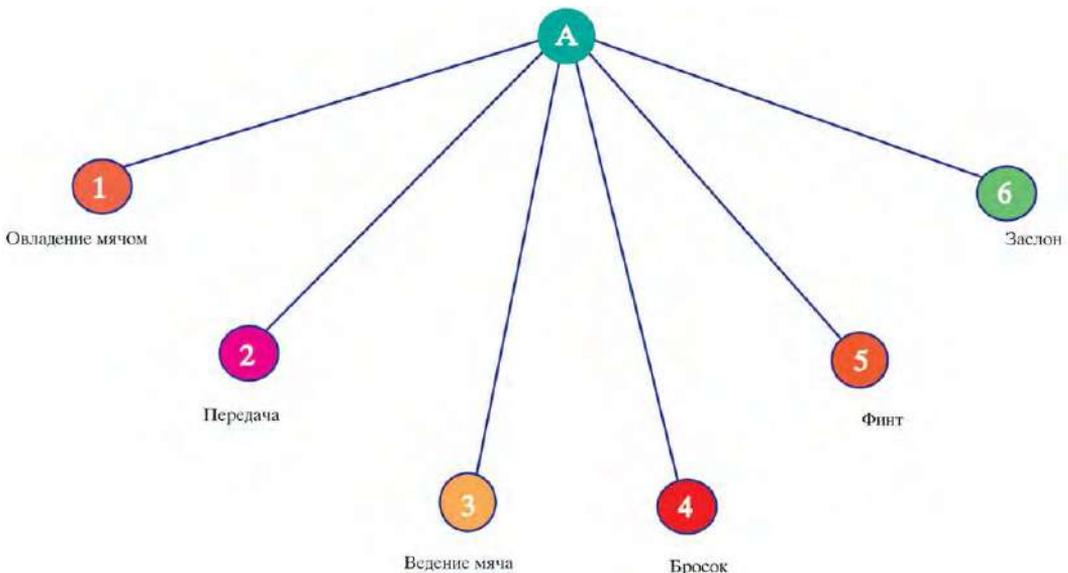


Рисунок 1. – Техника нападения полевого игрока

ступным для гандболистов на различных этапах подготовки.

Последовательность обучения элементам техники нападения полевого игрока в гандболе

Основой разработки последовательности овладения шестью элементами техники нападения полевого игрока в гандболе составляют два педагогических принципа: доступность и постепенное усложнение степени выполнения предлагаемого для изучения учебного материала.

Первостепенным вопросом, возникающим при создании последовательности обучения элементам техники нападения, является вопрос о порядке расположения двух наиболее часто используемых в гандболе элементов относительно друг друга. Речь идет о элементах «передача мяча» и «ловля мяча». Бытует мнение, что начинать процесс обучения технике полевого игрока необходимо с овладения умением передавать мяч, а затем переходить на овладение техникой ловли мяча. Основным аргументом в пользу этого утверждения является то, что ловля мяча является следствием того, что партнер первоначально выполнил передачу мяча. Контраргументом выступает утверждение, что для того, чтобы выполнить передачу мяча партнеру, необходимо сначала поймать мяч и, как следствие этого, некоторые специалисты предлагают начинать обучение с овладения умением ловить мяч. Использование в дискуссии вышеприведенных аргументов и контраргументов сводит к поиску ответа на вопрос: «Что первично – яйцо или курица?». В силу неразрешенного противоречия в теории и практике современного гандбола, обучение технике передачи и ловли мяча производится одновременно [2, 4, 8].

Для решения имеющегося противоречия предлагается заменить использующийся гандбольный термин «ловля мяча» на новый – «овладение мячом». Это связано с тем, что гандболист до момен-

та официального начала игры (свисток судьи) захватывает мяч, находящийся на полу площадки, кистью одной руки, а затем поднимает его вверх, до уровня груди, где и фиксирует двумя руками. По сигналу судьи игрок, владеющий мячом, передает его партнеру по команде, который, соответственно, его ловит. Таким образом, формируется последовательность действий игрока, начинающего гандбольный матч. В связи с тем, что два разных технических действия – захват и ловля мяча – решают одну и ту же задачу, целесообразно объединить их в один элемент гандбольной техники нападения – «овладение мячом». Таким образом, если игра в гандбол начинается с первоначального использования игроками овладения мячом и последующим выполнением передачи, то логично предположить, что и процесс обучения технике овладения мячом и передачи мяча должен выстраиваться в аналогичной последовательности. Однако практическая деятельность полностью опровергает данную гипотезу. Для того, чтобы освоить самый простой способ овладения мячом, а именно «овладение мячом, летящим на оптимальной высоте спереди с использованием ловли» [18], необходимо обеспечить выполнение одного наиболее важного условия. Таким условием является высокая точность попадания летящего мяча в цель. В данном случае целью являются пальцы рук игрока, принимающего мяч, находящиеся на уровне его груди (оптимальная высота полета мяча). Необходимой точности попадания мяча в цель возможно добиться только за счет выполнения игроком большого количества повторений изучаемого движения – передачи мяча. В противном случае игрок, принимающий мяч, будет вынужден использовать другие, ранее не изученные способы овладения мячом, тем самым нарушая основные принципы формирования двигательного навыка [1, 6, 19].

На основании вышеизложенного материала представляется возможным утверждать, что последовательность обучения элементам техники нападения в гандболе начинается с овладения техникой передачи мяча, за которой следует овладение мячом. Следовательно, аналогичное расположение элементов «передача мяча» и «овладение мячом» используется и в общей последовательности обучения шести элементам техники полевого игрока.

Наиболее доступным для учащихся групп начальной подготовки из всех шести элементов техники нападения является элемент «ведение мяча». Это подтверждается результатами педагогического наблюдения, которые позволили установить следующее. После того как игроки, пришедшие первый раз на занятие в секцию гандбола, взяли мяч в руки, начинают ударять его о пол, и лишь затем пробуют выполнить бросок мяча в ворота или передать его другому игроку. При этом юные гандболисты выполняют удар мячом о пол (ведение) рефлекторно, не задумываясь о причинно-следственных связях. На этом основании возможно сделать предположение, что процесс обучения технике нападения полевого игрока необходимо начинать с первоначального формирования у юных гандболистов умения выполнять ведение мяча. Для подтверждения выдвинутой гипотезы был проведен педагогический эксперимент, в котором приняли участие игроки из экспериментальной и контрольной группы. В экспериментальной группе процесс овладения техникой гандбола начинался с обучения технике ведения мяча. После этого в учебно-тренировочный процесс вводились элементы передачи и овладения мячом. В контрольной группе учебно-тренировочный процесс значительно отличался от экспериментальной. Это отличие заключалось в том, что юным гандболистам сначала предлагалось овладеть техникой выполнения передачи мяча, затем техникой ов-

ладения мячом, и, в заключении техникой ведения мяча. По истечению определенного промежутка времени (6 недель) юные гандболисты из обеих групп принимали участие в спортивных соревнованиях. Результаты их выступления были следующими. Игроки экспериментальной группы использовали ведение мяча для перемещения по площадке от своих ворот к воротам соперника, при этом они практически не передавали мяч между собой. В позиционном нападении игроки экспериментальной группы прежде, чем передать мяч партнеру или выполнить бросок мяча в ворота соперника, обязательно ударяли мяч о пол. Такой алгоритм действий игроков во время спортивных состязаний объясняется тем, что в основе учебно-тренировочного процесса находился аналогичный алгоритм действий юных гандболистов. Такого рода последовательность действий игроков допустима при игре в баскетбол, но совершенно неприемлема при игре в гандбол. Ведение мяча в гандболе служит вспомогательным элементом, который используется, когда нет возможности передать мяч партнеру или произвести бросок мяча в ворота соперника. Этот тезис нашел свое подтверждение в контрольной группе, игроки которой перемещались по площадке, передавая мяч между собой, а при игре в позиционном нападении практически не использовали ведение мяча. Таким образом, было экспериментально доказано, что обучение технике ведения мяча в гандболе необходимо производить лишь после того, как юные гандболисты освоили технику передачи мяча и его овладения.

Третьим, заключительным положением, влияющим на распределение шести элементов техники нападения в общей последовательности их обучения, является фактор, раскрывающий взаимосвязь между элементами «бросок» и «финт». Какой из этих двух элементов должен стоять в начале общей последовательности обучения,

а какой – следовать за ним? Ответ на этот вопрос представляется возможным получить после небольшого эмпирического анализа последовательности технических действий, которые использует гандболист при игре в позиционном нападении. Допустим, что первоначально юным гандболистам предлагается овладеть техникой выполнения финта, а затем техникой выполнения броска мяча в ворота. К каким последствиям это может привести? Следуя логике, в процессе освоения одного из элемента техники не могут быть использованы упражнения, содержащие ранее не освоенный элемент. Таким образом, получается, что после осуществления финта игрок обязательно должен передать мяч партнеру или выполнить ведение, потому что элементы «передача мяча» и «ведение мяча» находятся перед элементом «финт» в общей последовательности обучения и, как следствие этого, они были освоены ранее. Упражнения, содержащие элемент «бросок», не представляется возможным вводить в учебно-тренировочный процесс в связи с тем, что он еще не был изучен. Использование алгоритма действия нападающего, при котором после выполнения финта он обязан передать мяч партнеру, приведет к ситуации, когда нападающий с мячом после обыгрыша защитника будет стремиться передать мяч партнеру, вместо того, чтобы выполнить бросок мяча в ворота соперника. Такие действия будут иметь колоссальные негативные последствия как для самого игрока, так и для команды в целом. Если в основе процесса

подготовки гандболистов находится положение, предполагающее первоначальное овладение техникой броска мяча по отношению к технике финта, то в этом случае у игрока формируется искомый стереотип действия, при котором гандболист использует финт для того, чтобы произвести бросок мяча в ворота, а не передать его партнеру по команде. На основании вышеприведенного эмпирического анализа алгоритма последовательности выполнения технических действий гандболистом имеется возможность заключить, что элемент «бросок» должен располагаться перед элементом «финт» в общей последовательности обучения элементам техники нападения полевого игрока.

После обобщения вышеизложенного аналитического и экспериментального материала автором статьи была разработана следующая последовательность обучения элементам техники нападения полевого игрока в гандболе (рисунок 2).

Определив последовательность обучения шести элементам техники нападения полевого игрока, возникает необходимость в рассмотрении вопроса, раскрывающего последовательность обучения игроками одного отдельно взятого элемента.

На основании классификации техники гандбола [17] элемент состоит из типов, вариантов и способов их выполнения. Исходя из этого, был разработан алгоритм (последовательность) обучения одному элементу техники нападения полевого игрока. Он выглядит следующим образом (рисунок 3).



Рисунок 2. – Последовательность обучения элементам техники нападения полевого игрока

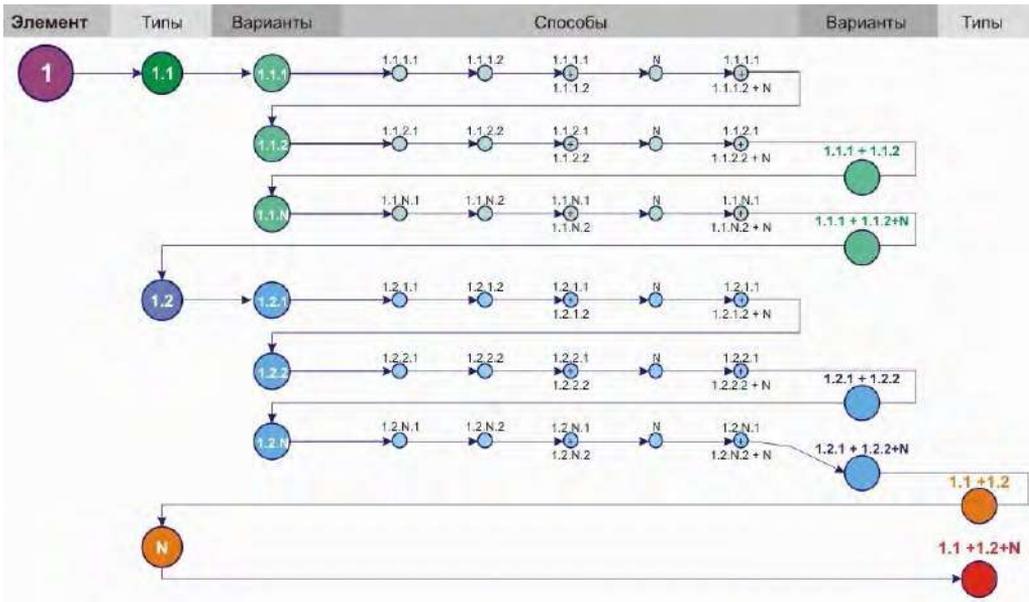


Рисунок 3. – Последовательность обучения одному элементу техники нападения

Овладение техникой нападения начинается с первого способа, первого варианта, первого типа, первого элемента. После того, как игроки овладели первым способом (A1.1.1.1), им предлагается овладеть вторым способом (A1.1.1.2). Далее следует этап обучения, на котором игроки, в зависимости от игровой ситуации, сначала осуществляют тактический выбор (умственный процесс) одного из двух ранее освоенных способов (A1.1.1.1 или A1.1.1.2), а затем реализуют его на практике. Обучение технике продолжается введением в учебно-тренировочный процесс нового, ранее не изученного способа (N) с последующим его применением в различных игровых ситуациях. При этом тактический выбор осуществляется уже из трех изученных способов (A1.1.1.1 или A1.1.1.2 или N). После того, как занимающиеся овладели техникой выполнения всех способов первого варианта (A1.1.1), начинается этап обучения, на котором игроки овладевают техникой выполнения способов движения второго (A1.1.2), а затем и последующего варианта (A1.1.N). Последовательность обучения способам второго и последующего

вариантов идентична последовательности обучения первому варианту. После завершения обучения всем способам и вариантам, входящим в первый тип (A1.1), следует переход к этапу обучения, на котором происходит овладение техникой всех способов и вариантов, составляющих второй тип (A1.2). Если элемент гандбольной техники состоит из трех и более типов, то процесс обучения продолжается в ранее описанной последовательности. После того как были освоены все типы (A1.1, A1.2, A1.N), процесс обучения первому элементу (A1) гандбольной техники завершается.

Заключение

В гандболе «финт» является элементом техники нападения полевого игрока.

В гандболе «заслон» является элементом техники нападения полевого игрока.

Техника нападения полевого игрока в гандболе состоит из шести элементов: передача мяча, овладение мячом, ведение мяча, бросок, финт, заслон.

Обучение технике нападения полевого игрока выстраивается на использовании следующей последовательности: передача

мяча – овладение мячом – ведение мяча – бросок – финт – заслон.

Обучение одному элементу техники нападения полевого игрока осуществляется в следующей последовательности: А1.1.1.1 – А1.1.1.2 – тактический выбор – А1.1.1.N –

тактический выбор – А1.1.2.1 – А1.1.2.2 – тактический выбор – А1.1.2.N – тактический выбор – А1.2.1.1 – А1.2.1.2 – тактический выбор – А1.2.1.N – тактический выбор – А1.N.1.1 – А1.N.1.2 – тактический выбор – А1.N.1.N – тактический выбор.

1. Теория обучения / И. П. Андриади [и др.]. – М. : Академия, 2010. – 334 с.
2. Дорохов, С. И. Подготовка гандболистов на основе имитационного моделирования игровой деятельности : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / С. И. Дорохов. – СПб., 2004. – 277 л.
3. Ивахин, Е. И. Ручной мяч 7:7 : учеб. пособие / Е. И. Ивахин. – М. : Физкультура и спорт, 1962. – 128 с.
4. Иващенко, В. П. Совершенствование методики технико-тактической подготовки гандболистов 14–15 лет (на примере бросков мяча по воротам) : дис. ... канд. пед. наук / В. П. Иващенко. – Л., 1980. – 148 с.
5. Игнатъева, В. Я. Теория и методика гандбола : учеб. / В. Я. Игнатъева. – М. : Спорт, 2016. – 328 с.
6. Ильин, Е. П. Двигательные умения и навыки / Е. П. Ильин // Теория и практика физ. культуры. – 2001. – № 5. – С. 45–49.
7. Котов, Ю. Н. Контроль эффективности техники броска в прыжке гандболисток разной квалификации : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Ю. Н. Котов. – М., 2009. – 147 л.
8. Клусов, Н. П. Гандбол / Н. П. Клусов, А. А. Цуркан. – М. : Физкультура и спорт, 1977. – 135 с.
9. Кубраченко, А. Г. Педагогические технологии подготовки гандболистов / А. Г. Кубраченко, В. Г. Ткачук. – Киев : Київдрук, 2015. – 598 с.
10. Латышкевич, Л. А. Техническая и тактическая подготовка гандболистов / Л. А. Латышкевич, Л. Р. Маневич. – Киев : Здоров'я, 1981. – 176 с.
11. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : ФИС ; СпортАкадемПресс, 2008. – 544 с.
12. Новиков, А. А. Основы спортивного мастерства : моногр. / А. А. Новиков. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Советский спорт, 2012. – 254 с.
13. О внесении изменений и дополнений в «Положение о детско-юношеской спортивной школе, детско-юношеской спортивно-технической школе, специализированной детско-юношеской школе олимпийского резерва» [Электронный ресурс] : постановление М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь от 14 июля 2014 г., № 27 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <https://pravo.by/document/?guid=3961&p0=W21429120>. – Дата доступа: 02.08.2021.
14. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общ. теория и ее практические приложения : [учеб. для тренеров] : в 2 кн. / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп. лит., 2015. – Кн. 1. – 680 с. ; Кн. 2. – 770 с.
15. Сахарова, М. В. Концептуальные положения и технология проектирования спортивных макроциклов в игровых видах спорта (многолетний аспект) : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / М. В. Сахарова. – М., 2005. – 367 л.
16. Тхорев, В. И. Основы игры и методика обучения гандболу / В. И. Тхорев. – Краснодар : КГАФК, 1995. – 75 с.
17. Шестаков, И. Г. Техника нападения. Овладение мячом [Электронный ресурс] / И. Г. Шестаков // International Handball Academy Igor Shestakov. – 2009–2018. – Режим доступа: <http://www.ih-academy.com/learn/practika/info/808/>. – Дата доступа: 21.01.2019.
18. Шестаков, И. Г. Методика обучения технике овладения мячом юных гандболистов на этапе начальной подготовки / И. Г. Шестаков, М. В. Жияр, Р. А. Калашян // Современная наука : актуальные проблемы теории и практики. Гуманитарные науки. – 2019. – № 3. – С. 90–97.
19. Bewegungslehre – Sportmotorik : Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter päd. Aspekt / Kurt Meinel, Günter Schnabel. – 8, stark überarb. Aufl. / Von einem Autorenkollektiv unter Leitung von Günter Schnabel. – Berlin : Volk u. Wissen, 1987.