

Таблица 5 – Среднее количество бросков, выполняемое за 1 и 2-й тайм, их эффективность

	1-й тайм			2-й тайм		
	Бросок	Гол	Эфф-ть	Бросок	Гол	Эфф-ть
В опорном положении	11	3	28	10	4	40
В безопорном положении	31	16	51,6	31	15	48,3

Как можно видеть из таблицы 4, процент результативности 1-го тайма составил (в среднем) **51,6 %**, 2-го тайма – **49,4 %**. Процент результативности за игру составил **50,5 %**.

Проанализировав результаты исследования, можно сделать следующие выводы:

1. Неотъемлемой частью бросковой подготовки полевых игроков является совершенствование технико-тактических действий игры в нападении.

2. Систематическая оценка действенности игровой деятельности гандболистов позволяет достоверно определить уровень подготовленности игроков и способствует активизации технико-тактических действий гандболистов в течение всего периода пребывания на площадке.

3. За период проведения исследования игроками передней линии (игравшими в чемпионате **Республики Беларусь**) был заброшен **251 гол – 36,9 %** от всех голов.

4. Игроками задней линии было заброшено 429 голов – **63,1 %**.

5. Игроками передней линии отечественных команд было выполнено 452 броска, что составляет **34,3 %** от всех бросков; игроками задней линии 864 бросков – **65,7 %**. Как мы можем видеть из приведенных выше показателей, в выполнении бросков преобладает задняя линия на **31,4 %**.

6. Сравнительная характеристика команд – участниц чемпионата **Республики Беларусь** позволяет сделать вывод, что чем выше эффективность действий игроков передней линии, тем выше достижения команды.

1. Игнатъева, В. Я. Гандбол: учебник / В. Я. Игнатъева. – М.: Физическая культура, 2008. – 383 с.

2. Цапенко, В. А. Соревнования и соревновательная деятельность в гандболе: учеб. пособие для студентов и преподавателей высш. учеб. заведений / В. А. Цапенко, Э. Ю. Дорошенко. – Запорожье: ЗГУ, 2004. – 81 с.

3. Шестаков, И. Г. Техническая подготовка гандболиста / И. Г. Шестаков. – М.: ФОН, 1997. – С. 20–49.

АНАЛИЗ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ЗАЩИТНЫХ ДЕЙСТВИЙ ИГРЫ ГАНДБОЛЬНОГО ВРАТАРЯ НА XXX ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ

Бойко И.И., Соловьянич Т.Н., Третьяк В.Л.,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Сложной и ответственной функцией в игре команды является игра вратаря. Соревновательная деятельность вратаря складывается из технико-тактических действий, в основном во вратарской зоне. Он выполняет защиту, задерживая мяч и организуя атаку, передавая мяч полевым игрокам. За игру вратари команд выполняют 50–70 приемов защиты. Каждое защитное действие вратаря имеет структуру временных, пространственных и силовых параметров. Они существенно отличаются от тех, которыми пользуются игроки других амплуа. Если полевой игрок может выбрать несколько вариантов способов броска, несколько направлений полета мяча в одной и той же ситуации взятия ворот, то вратарь такой возможности не имеет [1, 2].

Все тренеры с исключительным единогласием подходят к оценке значимости вратаря, так как окончательный итог каждой встречи во многом зависит от успешной его игры.

Чтобы не пропустить мяч в ворота, вратарь должен выбрать единственно правильный прием его задержания в данной ситуации, выполнить его с необходимой скоростью, точностью и силой. Квалифицированный вратарь отличается хорошей реакцией, наблюдательностью, прыгучестью, ловкостью и хладнокровием.

Но, несмотря на эту бесспорную и признанную роль вратаря, существует много недостатков в подготовке спортсменов этого амплуа. Во время тренировок тренеры в основном проводят занятия с полевыми игроками, в то время как вратари в большинстве случаев совершенствуются самостоятельно [4].

Учитывая значение игры вратаря для победы команды, тренерам следует знать, что к настоящему времени произошли принципиальные изменения стиля игры вратарей. Анализ данных Олимпийских игр, чемпионатов мира позволяет сказать, что в настоящее время все вратари в мужских и женских командах предпочитают играть «в классическом стиле». После задержания мяча сразу же организуют переход от защиты к нападению.

Одним из основных компонентов, определяющих успешную подготовку хорошего вратаря, являются технико-тактические защитные действия [3, 5].

Работа выполнена с целью анализа технико-тактических защитных действий игры гандбольных вратарей при бросках с крайних позиций и с задней линии на финальной стадии XXX летних Олимпийских игр.

Непосредственными исследовательскими задачами для реализации этой цели в работе были:

1. Дать общую характеристику техники, тактики игры, особенностей подготовки высококвалифицированных вратарей.
2. Провести наблюдение за бросками полевых игроков с задней позиции в опорном и безопорном положении и с крайних позиций по различным зонам ворот на финальной стадии XXX Олимпийских игр.
3. Выявить процентное соотношение отражаемых бросков вратарями.
4. Определить наиболее слабые места в действиях вратарей при отражении бросков мяча с крайних позиций и с задней линии.

Для решения поставленных задач в работе использовались следующие методы исследования:

- 1) анализ и обобщение данных специальной литературы;
- 2) метод наблюдения;
- 3) метод описания;
- 4) методы математической статистики.

Нами было проведено исследование, в котором была предпринята попытка проанализировать технико-тактические защитные действия игры вратаря при бросках с крайних позиций и задней линии. Мы проводили преднамеренное, целесообразное и целенаправленное наблюдение за 22 играми XXX летних Олимпийских игр, которые проходили в Лондоне с 28 июля по 12 августа 2012 года. В финальную стадию прошли 12 команд. Команды, прошедшие I квалификационный турнир: Испания и Сербия. Команды, прошедшие II квалификационный турнир: Швеция и Венгрия. Команды, прошедшие III квалификационный турнир: Хорватия и Исландия. В финальную стадию также попали: принимающая сторона – Великобритания, чемпион мира 2011 года – Франция, чемпион Африки – Тунис, чемпион Азии – Южная Корея, чемпион Панамериканских игр 2011 года – Аргентина и чемпион Европы 2012 года – Дания. Нами были взяты протоколы технико-тактических действий, где ворота разделены на 7 зон (рисунок).

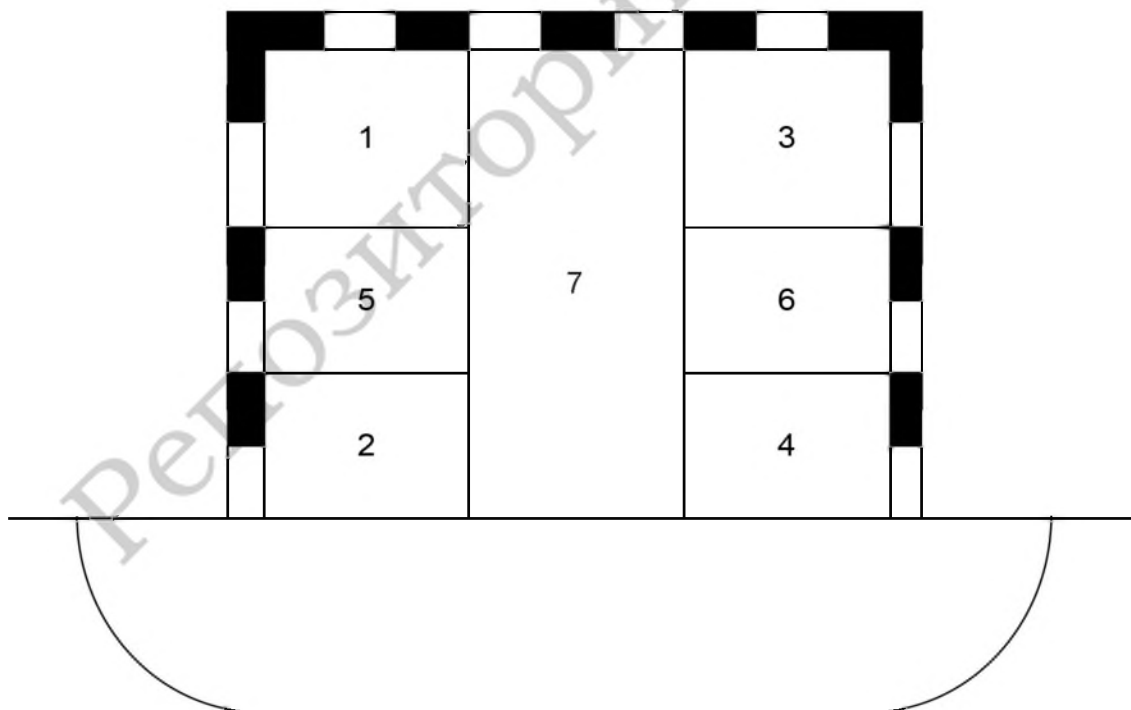


Рисунок – Зоны ворот

Результаты исследования и их обсуждение:

В результате исследования с помощью процентного сопоставления отраженных вратарем мячей в различные части ворот были выявлены наиболее слабые места в действиях вратарей при отражении бросков мяча с крайних позиций и с задней линии. После регистрации полученных данных в указанных выше протоколах и их статистической обработки были выведены средние показатели задержанных вратарями мячей в каждую часть ворот.

Таблица 1 – Броски с левой крайней позиции

№ зон	Зоны ворот	Парировал	%	Пропустил	%	Общее количество
1	Правый верх	9	36	16	64	25
2	Правый низ	20	37,1	34	62,9	54
3	Левый верх	4	28,5	10	71,5	14
4	Левый низ	34	89,5	4	10,5	38
5	Правый «карман»	11	35,5	20	64,5	31
6	Левый «карман»	7	63,6	4	36,4	11
7	Центр	6	66,6	2	33,4	9
Всего:		91	50,3	90	49,7	181

Таблица 2 – Броски с правой крайней позиции

№ зон	Зоны ворот	Парировал	%	Пропустил	%	Общее количество
1	Правый верх	1	10	9	90	10
2	Правый низ	16	61,5	10	38,4	26
3	Левый верх	3	9,1	30	90,9	33
4	Левый низ	5	17,8	23	82,1	28
5	Правый «карман»	7	77,7	2	22,3	9
6	Левый «карман»	11	39,3	17	60,7	28
7	Центр	9	75	3	25	12
Всего:		52	35,6	94	64,4	146

Наибольшую опасность для вратарей представляют броски с крайних позиций. Как видно из таблиц 1 и 2, самые уязвимые места у вратаря – броски в верхние углы ворот. Так, с левой и правой крайних позиций больше всего голкиперы пропускают в ближний и дальний верхние от себя углы ворот, что составляет 64 и 71,5 % бросков соответственно с левой позиции и 90 и 90,9 % неотраженных бросков соответственно с правой позиции. Наиболее защищенный при бросках с левой крайней позиции – ближний нижний угол ворот – 10,5 % пропущенных мячей от общего количества бросков. При бросках с правой крайней позиции наиболее защищенными зонами являются правый карман (22,3 % пропущенных бросков) и центр ворот (25 % пропущенных бросков).

Таблица 3 – Броски с задней линии

№ зон	Зоны ворот	Положение игроков									
		Опорное					Безопорное				
		парировал	%	пропустил	%	Общее кол-во	парировал	%	пропустил	%	Общее кол-во
1	Правый верх	5	50	5	50	10	2	16,7	10	83,3	12
2	Правый низ	16	48,5	17	51,5	33	11	37,9	18	62,1	29
3	Левый верх	4	50	4	50	8	7	41,2	10	58,8	17
4	Левый низ	6	40	9	60	15	9	42,9	12	57,1	21
5	Правый «карман»	7	38,9	11	61,1	18	23	41,1	33	58,9	56
6	Левый «карман»	13	52	12	48	25	18	34	35	66	53
7	Центр	8	50	8	50	16	9	69,2	4	30,8	13
Всего:		59	46	66	54	125	79	39,3	122	60,7	201

Анализ проведенных исследований бросков с задней линии показал, что действия вратаря наиболее эффективны при бросках в ворота в опорном положении. Процентное соотношение парированных мячей в опорном и безопорном положениях составляет: в центр ворот – 50 к 69,2 % соответственно; в правый верхний угол – 50 к 16,7 %; в левый верхний угол – 50 к 41,2 %; в правый нижний угол – 48,5 к 37,9 %; в левый нижний угол – 40 к 42,9 %; в правый «карман» – 38,9 к 41,1 %; в левый «карман» – 52 к 34 %. Процентное соотношение парированных мячей от общего количества бросков в ворота составляет 46 % в опорном положении к 39,3 % в безопорном положении.

Эффективная игра вратаря, на наш взгляд, объясняется следующими факторами:

1. У вратарей лучше выработан навык отражения низколетящих мячей, так как бросков в нижнюю часть ворот производится значительно больше, чем в верхнюю.
2. При задержании низколетящих мячей одновременно с выпадом ноги к ней выносятся одноименная рука; при задержании мяча в верхнюю часть ворот такой подстраховки нет, следовательно, меньше коэффициент надежности.

Наблюдая за игрой вратарей при отражении низколетящих мячей, нами были отмечены следующие ошибки:

- высокий вынос ноги над площадкой (мяч проскакивает под ногой);
- движение ноги к мячу по линии ворот;
- неразвернутая ступня к мячу внутренней частью в момент отражения;
- нахождение центра тяжести на одной ноге;
- положение, когда рука не подстраховывает отражающую мяч ногу.

Что касается отражения высоколетящих мячей, то нами были выявлены наиболее чаще встречающиеся следующие ошибки:

- вратарь держит руки внизу и не успевает среагировать на сильно посланный мяч;
- отражение мяча выпрямленной рукой;
- в момент отражения ладонь не развернута в сторону броска;
- отражение мяча на линии ворот, а не под углом ворот;
- открывание ближнего угла.

Если сравнивать полученные данные 1 и 2-й таблиц с 3-й, то очевидно, что при игре на выходах эффективность игры вратарей несколько ниже общей эффективности при атаке с крайних позиций.

Однако изложенное не привело нас полагать, что изредка, когда предоставляется возможность, выходы на атакующих игроков голкипером все же следует применять. Так вратарь может выполнить выход, если нападающий оказался с ним один на один и атакует ворота с крайней позиции, таким образом сокращая угол обстрела ворот. Задача вратаря в этот момент закрыть пространство ворот со стороны атакующей руки нападающего. Нерешительный выход голкипера и чрезмерное сближение с нападающим дают возможность сопернику перебросить мяч через вратаря.

Менее опытные вратари часто чрезмерно увлекаются выходами, и нападающий может обмануть постоянно выбегающего голкипера, придержав мяч или выполнив ложные замахи.

От индивидуальных действий вратаря часто зависит исход матча. Но команда еще более может рассчитывать на успех, если действия вратаря и защиты взаимосвязаны. Если защитник опекает игрока с мячом, проходящего с края, вратарь не должен суетиться. Главное в его игре – занять позицию у штанги, плотно закрыв ближние углы. В таких ситуациях защитнику необходимо оттеснить нападающего к лицевой линии, так как забросить мяч в дальнюю часть ворот атакующему сложнее, чем в ближнюю. Во всех случаях, когда защитник борется с нападающим при броске, вратарь должен проявить выдержку. Отсюда следует, что необходимо больше уделять внимания психологической подготовке голкиперов.

Исследование показало, что качество игры вратаря влияет на исход встречи и в конечном итоге на общее место команды в турнирной таблице. Так, в 75 % случаев удачной (с высоким процентом эффективности) игры вратарей их команда выходила победителем встречи. Команды, возглавляющие турнирную таблицу, как правило, имеют вратарей, отличающихся надежной и стабильной игрой.

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать ряд обоснованных выводов:

1. Соревновательная деятельность вратаря складывается из технико-тактических действий в основном во вратарской зоне.
2. Чтобы не пропустить мяч в ворота, вратарь должен выбрать единственно правильный прием его задержания в данной ситуации, выполнить его с необходимой скоростью, точностью и силой.
3. Квалифицированный вратарь отличается хорошей реакцией, наблюдательностью, прыгучестью, ловкостью и хладнокровием.
4. Наибольшую опасность для вратарей представляли броски с крайних позиций. Самые уязвимые места у вратаря с крайних позиций – броски в верхние углы ворот.

5. Анализ проведенного исследования бросков с задней линии показал, что действия вратаря наиболее эффективны при бросках в ворота в опорном положении.
6. При игре на выходах эффективность игры вратарей несколько ниже общей эффективности при атаке с крайних позиций.
7. Исследование показало, что качество игры вратаря влияет на исход встречи и в конечном итоге на общее место команды в турнирной таблице.

1. Игнатъева, В. Я. Техническая оснащенность вратарей разного возраста в гандболе / В. Я. Игнатъева // Теория и практика физ. культуры. – 1998. – № 2. – С. 43–45.
2. Игнатъева, В. Я. Особенности технической подготовленности российских гандболисток вратарей / В. Я. Игнатъева, И. В. Петрачева, А. В. Гусев // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 9. – С. 17–19.
3. Ионова, Н. Л. Соревновательная деятельность гандбольного вратаря и индивидуально психологические показатели ее успешности: автореф. дис. ... канд. нед. наук / Н. Л. Ионова; Рос. гос. акад. физ. культуры. – М., 1997. – 23 с.
4. Клусов, Н. П. Техника и тактика игры вратаря / Н. П. Клусов, А. А. Цуркан. – Минск, 1987. – 93 с.
5. Методика воспитания специальных физических качеств у вратарей высокой квалификации по ручному мячу: метод. рекомендации / под ред. В. А. Цаненко. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1983. – 43 с.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ УРОВНЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ (5–7 ЛЕТ)

Боярина Ю.С., Цагельникова А.А., Цыганов О.В.,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Массовое вовлечение детей в систематические занятия спортом и рациональная организация занятий для самых маленьких – это задача большого круга специалистов. Успешное решение задач, стоящих перед детским спортом, способствует своевременному распознаванию одаренности ребенка в конкретном виде спорта. В последние годы в ряде видов спорта, в том числе и в теннисе, появилась тенденция к снижению начальной возрастной границы занимающихся, сокращению сроков обучения, совершенствованию и усложнению спортивной техники юных спортсменов.

Теннис – один из самых престижных видов спорта в настоящее время. Психологи и педагоги считают, что лучший возраст для начала профессиональных занятий спортом – 4–5 лет. Именно в эти годы малыш уже достаточно подготовлен к большому спорту, к тому же в этом возрасте лучше всего закрепляются навыки терпения и выносливости. Теннис развивает у ребенка координацию, внимание, умение общаться в группе, улучшает общую физическую подготовку, также формирует такие качества, как целеустремленность, воля к победе, стрессоустойчивость.

С раннего детства занятий теннисом необходимо воспитывать физические качества с использованием грамотно подобранных средств и методов. Только теннисист, достигший высокого уровня развития физических качеств, может добиться больших побед [3–5].

В связи с этим в процессе подготовки юных спортсменов учебно-тренировочные занятия должны проводиться на основе рационального планирования и эффективного педагогического контроля всех сторон их подготовки, включая физическую подготовку (с частой оценкой уровня развития специальных физических качеств).

Учитывая отмеченную необходимость проведения педагогического контроля уровня физической подготовленности юных теннисистов, в учебных и методических пособиях по теннису авторы достаточно часто рекомендуют использовать определенные тесты и нормативы. Однако, как показал проведенный анализ многих источников, в них еще нередки случаи, когда авторы рекомендуют использовать средства контроля без необходимой в этих случаях их метрологической проверки, что способствует включению в названные рекомендации малоинформативных и сомнительной надежности тестов [1–3].

Исходя из охарактеризованного состояния вопроса, в нашей работе впервые проведены экспериментальные исследования, направленные на определение добротных тестов и релевантных норм для педагогического контроля специальной физической подготовленности уже для таких юных теннисистов 5–7 лет.

Таким образом, работа проводилась с целью разработки технологии педагогического контроля за специальной физической подготовленностью юных теннисистов 5–7 лет и ее практической апробации.

Непосредственными задачами, требующими проведения экспериментальных исследований, в работе были:

1. Метрологически обосновать информативность и надежность предварительно отобранных тестов (по данным специальной литературы).