

Міністерство освіти і науки України  
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України  
Сумська обласна державна адміністрація  
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Тартуський університет (Естонія)  
Сумський державний університет



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ  
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ  
ІІІ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
(Україна, Суми, 14–15 квітня 2016 року)

Суми  
Сумський державний університет  
2016

## ОСОБЛИВОСТІ ТАКТИЧНИХ ДІЙ ГАНДБОЛІСТІВ ПРИ ГРІ В ЗАХИСТІ

Павленко А. С., студ., Галенін Р. В. викл.

*Сумський державний університет*

*kfv@sport.sumdu.edu.ua*

Гандбол – популярна спортивна гра, що існує вже більше ста років. Зародилася вона в Данії, а її творцем вважається викладач гімназії в місті Ордруп, Хальгер Нільсон. За свою вікову історію гандбол зазнав багато змін як зовні (раніше гра велася на футбольному полі 11х11 гравців, в теперішній час 7х7), так і зсередини (постійно вдосконалюється тактика ведення боротьби, збагачується технічний арсенал прийомів атаки і захисту). Сильний поштовх у розвитку гандболу пов'язаний з включенням гандболу в програму Олімпійських Ігор у 1972 році. Це спричинило за собою роботу з пошуку методів підвищення видовищності гри і її рівня. Для того щоб організувати гру в захисті тренеру необхідно враховувати якості підготовленості виконавців. Також важливу роль відіграють завдання, що стоять перед командою в захисті, а також рівень гри противника в нападі. Враховуючи ці нюанси, тренер обирає гравців для оборони воріт [1]. Всі дії в захисті повинні бути підпорядковані рішенням основних завдань:

1. Постійно порушувати взаємодії гравців супротивника, зривати індивідуальні та колективні переміщення його нападників.

2. Своєчасно блокувати кидки по воротах.

3. Відбирати м'яч у супротивника і контратакувати.

Обороняючись, кожен гравець вирішує одне із завдань своєї команди. Всі його дії повинні бути глибоко усвідомленими. Вони повинні вписуватися в систему оборонних дій команди, бути взаємопов'язаними з діями партнерів, враховувати хід гри.

У гандболі гравців оборони прийнято називати виходячи з назви захисних зон: крайні, центральні, напівсередні.

Захисників, що захищаються у лінії площі воріт, але мають задачу зустрічати свого гравця в зоні вільних кидків або далі, називають центральними. Гравців, вихідне положення яких в центрі, на деякій відстані від площі воротаря називають передніми. Напівсередні захисники можуть грати як у лінії воротарської зони, так і ближче до лінії вільних кидків в залежності від варіанту оборони обраного командою в грі [2]. Основу гри напівсереднього захисника складають швидкі виходи на підопічного з м'ячем, блокування кидків, швидкі відходи назад. На цій позиції грають високотехнічні, рослі гравці з хорошою рухливістю, з розвиненим периферичним зором і з високим рівнем тактичного мислення. При зміні позиції напівсереднім нападаючим, захисник супроводжує його до сусіда по обороні і проводить там зміну підопічних. Якщо підопічний нападник переходить грати до лінії площі воротаря, то захисник також опікується їм на ближніх підступах до воріт. Напівсередній захисник повинен чітко відпрацювати взаємодію з воротарем і активно брати участь в організації контратак. У центрі оборони завжди грають найбільш сильні, технічні і різноманітно підготовлені гандболісти. Зазвичай це високорослі гравці. Центральний захисник опікує лінійного і одночасно блокує кидки, що виконуються із задньої лінії нападу. Якщо центральних захисників двоє, то вони можуть по черзі виходити вперед, перешкоджають проходах крайніх нападників з флангу на фланг, при необхідності змінюються підопічними з напівсереднім. Центральний захисник – основа оборони. Залежно від обраної системи оборони, передніх захисників може бути один або двоє. Вони опікують напівсередніх і розігруючого команди супротивника, перешкоджають їм у виконанні кидків у ворота з середніх і дальніх дистанцій, заважають розіграшу м'яча, відтісняють нападників далі від воріт, переривають їх тактичні комбінації. Передній захисник повинен уміти передбачати хід розвитку атаки, вгадувати напрямки передач, можливі переміщення нападників [1].

У гандболі важливим є узгодження дій всіх гравців команди, спрямованих на запобігання взяттю воріт і на організацію контратаки. Командна тактика залежить від рівня підготовленості команди і реальних можливостей суперника. Всі захисники зобов'язані знати свої місця і функції, а також завдання та дії партнерів. У практиці гандболу склалися такі системи командного захисту: персональна, зональна, змішана [2]. Оборона воріт в меншості ведеться переважно за зонним принципом 6+0 («гравець проти гравця», «подвійний блок»). Якщо в команді атакуючих є сильний бомбардир, то можна захищатися з виходом на нього, на інших нападників не виходять. Якщо м'яч знаходиться на одному з флангів, то захисник протилежного флангу повинен виконувати помилкові виходи вперед, щоб не допустити швидкого перекладу м'яча з флангу на фланг. Таким чином, при чисельній меншості захисників активна оборона передбачає застосування всіх варіантів зонного захисту 6+0, проте тільки при співвідношенні гравців 5:6. за відсутності в обороні двох гравців захист ведеться за принципом «гравець проти гравця», а при кидках по центру – «подвійним блоком». Захист при чисельній перевазі над суперником ведеться в залежності від ігрової ситуації. При рівній грі або в разі переваги в рахунку, захист організовується так само, як і при грі команд в повних складах. Для активізації захисних дій корисна змішана система. Якщо захищаючись хочуть загострити гру, потрібно п'ятьом захисникам перейти на персональну опіку, а одному відійти назад і підстрахувувати партнерів на випадок програшу єдиноборства з нападником.

Наприклад, при підготовці до майбутньої зустрічі з конкретним суперником тренер команди, на підставі наявного у нього матеріалу, що характеризує гру суперника, визначає сильні і слабкі його сторони при грі в захисті і в нападі. Якщо тренер виявив, що суперник у захисті успішно застосовує систему захисту 5:1, то йому необхідно порушити відпрацьовані взаємозв'язки між захисниками.

Тактика гандболу безперервно удосконалюється. Розвиток її відбувається в постійній своєрідній боротьбі нападу і захисту. Поява в грі нових найбільш ефективних засобів і способів захисних дій викликає необхідність пошуку більш дієвих засобів атаки, і навпаки.

Головне завдання тактики – правильно визначити і творчо використовувати в кожній конкретній грі засоби, способи і форми ведення боротьби, що ведуть до перемоги над конкретним противником, в конкретних умовах. Тактична підготовка – синтез всього навчально-тренувального процесу. Всі види підготовки окремого гандболіста і команди в цілому в кінцевому підсумку підпорядковані завданням тактичної підготовки. Тому рівень тактичної майстерності завжди залежить від якості технічної, фізичної, психічної та теоретичної підготовленості.

Успіх у вирішенні завдань тактичної підготовки неможливий без вивчення певного комплексу основних теоретичних занять, які підтверджуються практикою, гандболісти засвоюють заняття з тактики ігри, попередньо обробляють комбінації, обіграють системи, варіанти та способи нападу і захисту.

Тактика відіграє вирішальну роль у розвитку гандболу, а також у вдосконаленні майстерності, як окремого гравця, так і всієї команди.

### **Література:**

1. Игнатьева В.Я. Гандбол. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 200 с.
2. Клусов Н.П. Ручной мяч в школе. – М.: Просвещение, 1980. – 176 с.