

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ОВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

THE TECHNIQUE OF TRAINING TO THE TECHNICIAN OF POSSESSION OF YOUNG HANDBALL PLAYERS AT THE STAGE OF INITIAL PREPARATION

**I. Shestakov
R. Kalashyan
M. Gillard**

Summary. This article presents a description of modern classification of element regarding the handball technique of a field player, specifically catching the ball. Based on the physiological potential of children aged 7–8 years old, the different ways of performing the technique of catching the ball at this age are determined and the training method is revealed.

Keywords: handball, classification of ball catching techniques, teaching methods, initial training stage.

Шестаков Игорь Геннадьевич

*К.п.н., профессор, Белорусский Государственный Университет Физической Культуры
office@ih-academy.com*

Калашян Рафаэль Арменакович

*Педагог ДО, Заслуженный тренер России, Средняя Школа № 87, Ярославль
rafkalash@gmail.com*

Жийяр Марина Владимировна

*Д.п.н., доцент, Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)
doctorsahar2@mail.ru*

Аннотация. В статье представлено описание современной классификации элемента гандбольной техники полевого игрока — овладение мячом. Исходя из возрастного физиологического потенциала детей возраста 7–8 лет, определены способы выполнения техники овладения мячом в данном возрасте и раскрыта методика их обучения.

Ключевые слова: гандбол, классификация техники овладения мячом, методика обучения, этап начальной подготовки.

Введение

Одной из тенденций современного гандбола является увеличение интенсивности игры и как следствие этого повышаются требования к скорости и точности выполнения элементов гандбольной техники. Одним из основных элементов техники полевого игрока, позволяющим нападающим взаимодействовать между собой на площадке, является овладение мячом. Ошибки, допущенные гандболистами при его выполнении, приводят к потере контроля над мячом и, как следствие этого, соперник получает возможность для организации быстрого перехода из защиты в нападение с последующим выполнением броска мяча в ворота. Поэтому вопрос, связанный с повышением надежности применения элемента «овладение мячом» в игровых ситуациях за счет использования современных методик, в процессе обучения, в том числе и на этапе начальной подготовки гандболистов, является актуальным и требует детального изучения.

Формулировка цели статьи

Определить способы выполнения элемента «овладение мячом» сопоставимые с анатомо-физиологическими особенностями детей 7–8 лет и разработать методику их обучения.

Изложение основного материала статьи

Планирование процесса обучения элементам техники, используемым гандболистами в соревновательной деятельности, должно отвечать на три основных вопроса: «Что изучать?», «Когда изучать?» и «Как изучать?». Поиску ответов на эти вопросы и посвящена данная работа.

Ответ на вопрос «Что изучать?» следует искать в классификации техники овладения мячом (И.Г.Шестаков, 2004).

В теории гандбола есть две разные схемы классификации техники одного и того же элемента/приема. При этом, этот элемент носит и два разных названия. В классификации Игнатьевой В.Я. (1983) прием называется «ловля мяча», а у Шестакова И. Г. (2004) этот элемент именуется «овладение мячом».

Различия между двумя классификациями выражаются не только в использовании разных названий одного и того же элемента гандбольной техники, но и в самом содержании.

На наш взгляд, в классификации, разработанной Игнатьевой В.Я., отсутствует взаимосвязь между перечнем

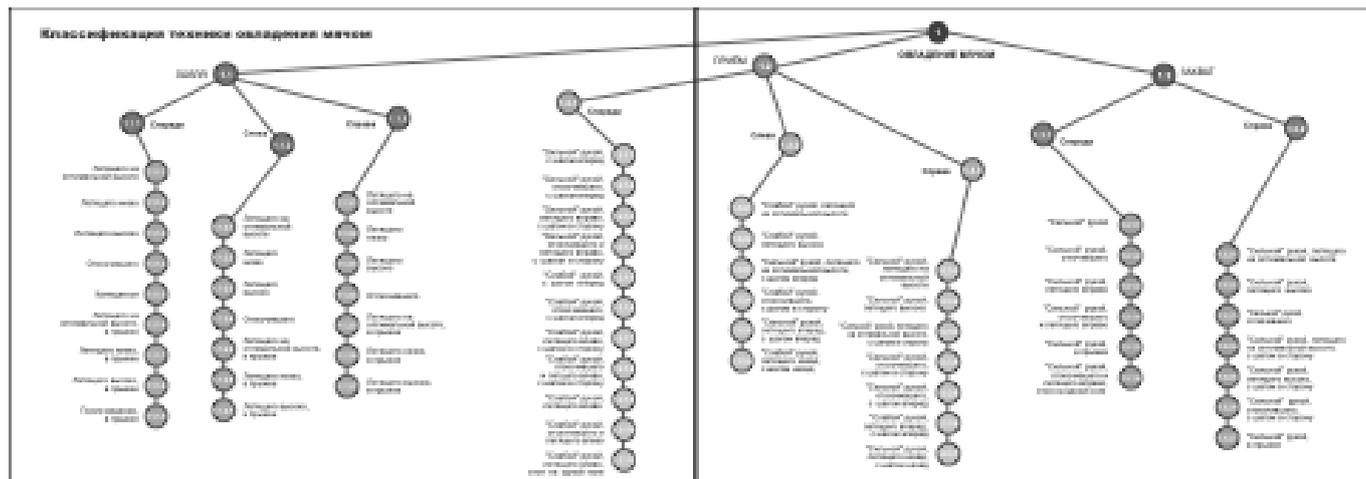


Рис. 1. Классификация техники овладения мячом

движений, которые гандболист использует для овладения мячом, и схемой классификации ловли мяча. Автор приводит лишь описание двух различных движений (ловля двумя руками и ловля одной рукой), используемые игроками при выполнении элемента. Это означает, что в многолетнем аспекте игрокам на протяжении всего периода обучения в специализированных спортивных учреждениях возможно предложить для обучения только те два описанных движения, речь о которых шла ранее. Все остальные движения, название и описание которых отсутствует, не могут быть интегрированы в образовательный процесс. В этом и заключается основной недостаток анализируемой нами схемы классификации и её описание.

С нашей точки зрения, в схеме классификации любого элемента гандбольной техники должны быть представлены те движения, которые используют игроки в тренировочной и соревновательной деятельности. На основе описания классификации изучаемого элемента тренер должен получить возможность сформировать представление о движении. Под описанием подразумевается наличие текстового описания движения, его визуализация в виде фотографии, рисунка или видео.

В классификации И. Г. Шестакова (2004) представлено 60 различных движений, которые гандболисты используют для получения контроля над мячом. Помимо самой схемы классификации (рисунок 1), отображающей все 60 движений, представлено и подробное их описание.

Приведен полный перечень наиболее часто встречающихся ошибок, возникающих при выполнении игроками изучаемых движений. Показана последовательность обучения каждому движению совместно с комплексом упражнений, рекомендуемых для использования при решении различных педагогических задач.

На основании вышеприведенных данных можно сделать заключение, что, опираясь на классификацию, разработанную И. Г. Шестаковым (2004), представляется возможным определить объект изучения, и как следствие этого определить педагогические задачи, направленные на его обучение.

После того так был дан ответ на вопрос «Что изучать?» возникает необходимость в получении ответа на следующий вопрос, а именно — «Когда изучать?». Иными словами, нам необходимо определить оптимальный возраст начала обучения тем движениям, которые представлены в классификации элемента техники полевого игрока.

Для поиска ответа на поставленный вопрос необходимо определить в первую очередь последовательность введения в тренировочный процесс различных типов овладения мячом. Как видно из рисунка 1, элемент гандбольной техники «овладение мячом» состоит из трех типов, а именно: ловля, прием и захват. Основой для такого распределения послужили два следующих параметра: количество рук, задействованных гандболистом при осуществлении движения и способа фиксации мяча.

Если расположить данные три типа овладения мячом в определенную последовательность, в которой основным критерием будет являться сложность их реализации, то можно констатировать, что наиболее простым для выполнения является тип «ловля», далее следует тип «прием» и наиболее сложным для выполнения является тип «захват».

Через призму критерия сложности необходимо посмотреть и на различные варианты и способы выполнения овладения мячом. Наиболее простым и со-

ответственно более доступным для начинающих гандболистов являются варианты овладения мячом, в котором мяч подлетает к принимающему спереди, по отношению к вариантам, в которых мяч подлетает с левой или с правой стороны (сбоку). При этом способ овладения мячом на уровне груди (оптимальная высота) принимающего — наиболее простой по отношению к способам, в которых мяч летит по высокой или низкой траектории, а также по отношению к отскочившему от пола площадки или катящемуся мячу.

На основании вышеприведенных данных можно констатировать, что процесс обучения технике овладения мячом на этапе начальной подготовки, а именно у учащихся 7–8 лет, целесообразно начинать с овладения техникой самых простых движений при которых используется ловля мяча, подлетающего к игроку спереди на оптимальной высоте. Затем в процесс обучения вводятся более сложные по степени выполнения способы овладения мячом. Полный перечень названий способов овладения мячом, рекомендованных для обучения детям 7–8 лет выглядит следующим образом:

1. Овладеть техникой выполнения элемента: овладение мячом; типом: ловля; вариантом: спереди; способом исполнения: летящего на оптимальной высоте [A1.1.1.1].
2. Овладеть техникой выполнения элемента: овладение мячом; типом: ловля; вариантом: спереди; способом исполнения: летящим низко [A1.1.1.2].
3. Овладеть техникой выполнения элемента: овладение мячом; типом: ловля; вариантом: спереди; способом исполнения: летящим высоко [A1.1.1.3].
4. Овладеть техникой выполнения элемента: овладение мячом; типом: ловля; вариантом: спереди; способом исполнения: отскочившим [A1.1.1.4].
5. Овладеть техникой выполнения элемента: овладение мячом; типом: ловля; вариантом: спереди; способом исполнения: катящимся [A1.1.1.5].

Последним вопросом, на который необходимо найти ответ, является вопрос «Как изучать?». Иными словами, необходимо определить в какой последовательности нужно расставить задачи обучения, а затем подобрать средства тренировки способные их решить. На примере методики обучения технике овладения мячом, летящим на оптимальной высоте спереди, используя ловлю [A1.1.1.1], продемонстрирует следующий алгоритм действий тренера:

1. Рассказать и показать учащимся технику выполнения изучаемого движения.
2. Освоить технику овладения мячом, стоя на одном месте. Игрок, передающий мяч, стоит на одном месте.
3. Освоить технику овладения мячом в движении. Игрок, передающий мяч, стоит на одном месте.

4. Освоить технику овладения мячом в движении. Игрок, передающий мяч, находится в движении.
5. Освоить технику овладения мячом в усложненных условиях.
6. Освоить технику овладения мячом при противодействии одного защитника, использующего перехват мяча из положения сбоку от принимающего.
7. Освоить технику овладения мячом при противодействии одного защитника, использующего перехват мяча из положения между нападающими.
8. Освоить технику овладения мячом при противодействии одного защитника, использующего перехват мяча из положения перед передающим.
9. Освоить технику овладения мячом при противодействии двух и более защитников, использующих перехват мяча из различных положений.
10. Освоить технику овладения мячом при противодействии одного защитника, использующего различные элементы защиты из положения сбоку от принимающего.
11. Освоить технику овладения мячом при противодействии одного защитника, использующего различные элементы защиты из положения перед передающим.
12. Освоить технику овладения мячом при противодействии двух и более защитников, использующих различные элементы техники защиты из различных положений.
13. Освоить технику овладения мячом в тактических взаимодействиях и тактических комбинациях без противодействия защитников.
14. Освоить технику овладения мячом в тактических взаимодействиях и тактических комбинациях при противодействии защитников.

Заключение

1. Планирование процесса обучения технике выполнения элемента «овладение мячом» необходимо выстраивать на основе современной классификации.
2. Способы выполнения элемента гандбольной техники «овладение мячом», рекомендованные для обучения учащимся 7–8 лет, должны быть сопоставимы с их морфофункциональными возможностями.
3. Методика обучения отдельным способам выполнения элемента гандбольной техники «овладение мячом» выстраивается на распределении в логическую последовательность задач обучения с последующим подбором средств подготовки, позволяющих их решить.

ПРИЛОЖЕНИЕ

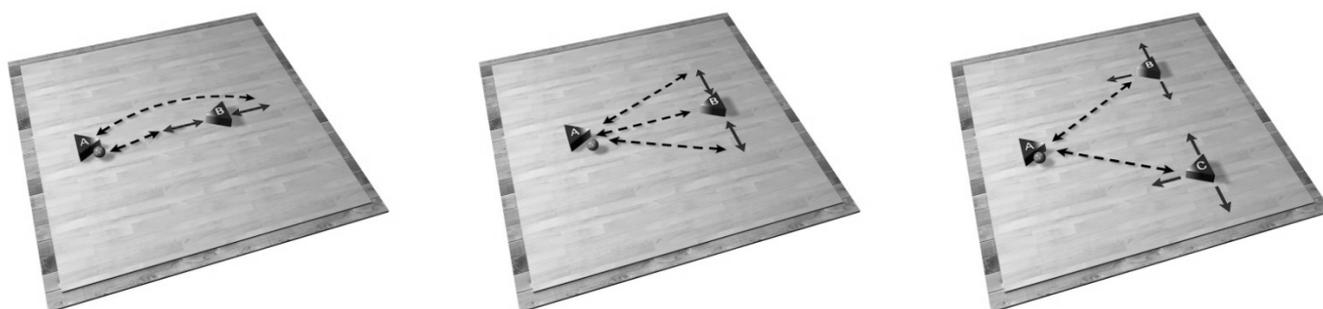
1. Рассказ, показ



2. Овладением мячом, стоя на одном месте. Игрок, передающий мяч, стоит на одном месте



3. Овладение мячом в движении. Игрок, передающий мяч, стоит на одном месте



4. Овладение мячом в движении. Игрок, передающий мяч, находится в движении



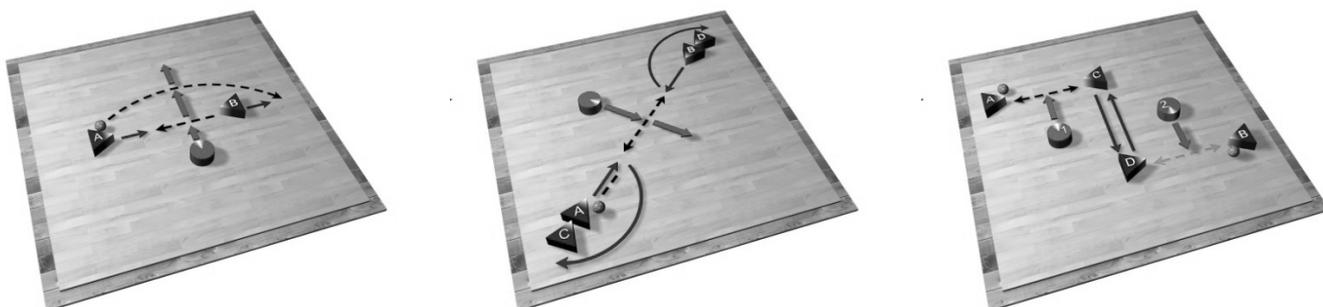
5. Овладение мячом в усложненных условиях



6. Овладение мячом при противодействии одного защитника, использующего перехват мяча из положения сбоку от принимающего



7. Овладение мячом при противодействии одного защитника, использующего перехват мяча из положения между нападающими



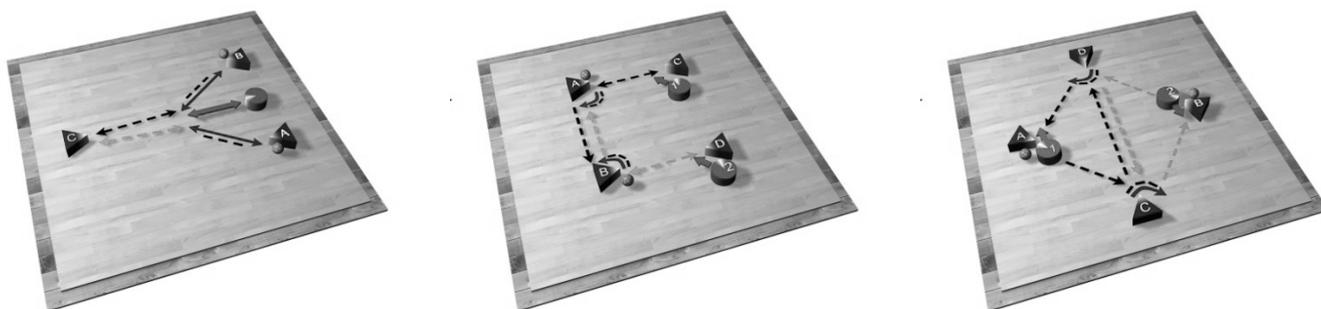
8. Овладение мячом при противодействии одного защитника, использующего перехват мяча из положения перед передающим



9. Овладение мячом при противодействии двух и более защитников, использующих перехват мяча из различных положений



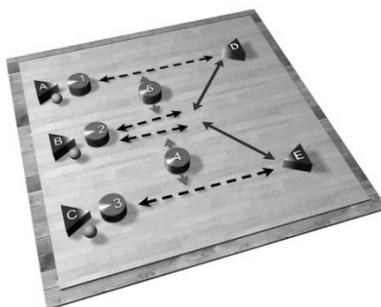
10. Овладение мячом при противодействии одного защитника, использующего различные элементы защиты из положения сбоку от принимающего



11. Овладение мячом при противодействии одного защитника, использующего различные элементы защиты из положения перед передающим



12. Овладение мячом при противодействии двух и более защитников, использующих различные элементы техники защиты из различных положений



13. Овладение мячом в тактических взаимодействиях и тактических комбинациях без противодействия защитников



14. Овладение мячом в тактических взаимодействиях и тактических комбинациях при противодействии защитников



ЛИТЕРАТУРА

1. Губа, В. П. Индивидуальные особенности юных спортсменов / В. П. Губа. — Смоленск.: СГИФК, 1997. — 220 с.
2. Гужаловский, А. А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: дисс. ... д-ра. пед. наук. / А. А. Гужаловский; — М, 1979. — 331 с.
3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта; учеб. для студ. высш. учеб. завед. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. — М.: ФиС, 2000. — 480 с.
4. Шестаков И. Г. Техника нападения. Овладение мячом / И. Г. Шестаков — InternationalHandballAcademyIgorShestakov [Электронный ресурс]. — 2009–2018. — Режим доступа: <http://www.ih-academy.com/learn/practika/info/808/> — Дата доступа: 21.01.2019.
5. Шестаков, М. П., Тактическая подготовка гандболистов / М. П. Шестаков, И. Г. Шестаков. — М.: ФОН, 1997. — 138 с.
6. ShestakovIgor. Angrepsteknik. Kastgrottak. Sammenomballen / I. Shestakov — Oslo, Akilles. NorgesHandballforband. 2004.
7. Shestakov Igor. Kjappfotog 239 andrelekerogstafetter / I. Shestakov — Oslo, Akilles. NorgesHandballforband. 2003.
8. Shestakov Igor. Metodikk for angrepsteknikk i håndball. Kastgrottak/ I. Shestakov — Oslo, NorgesHandballforband. 2004.
9. Shestakov Igor. Metodikk for angrepsteknikk i håndball. Ballsprett / I. Shestakov — Oslo, NorgesHandballforband. 2004.

© Шестаков Игорь Геннадьевич (office@ih-academy.com),

Калашян Рафаэль Арменакович (rafkalash@gmail.com), Жийяр Марина Владимировна (doctorsahar2@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Белорусский Государственный Университет Физической Культуры