

УКД 796.322

Параметры, определяющие эффективность выполнения тактико-технических действий в соревновательной деятельности гандболисток первого года обучения на этапе начальной подготовки

Мокина Елена Игоревна

Луткова Наталия Валерьевна, доктор педагогических наук, доцент

Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация. В статье представлены результаты изучения параметров, которые обеспечивают эффективность выполнения тактико-технических действий юными спортсменками при броске, передаче, ловле и ведении мяча. Выявлены ошибки юных гандболисток, которые приводят к потере мяча при игре в нападении. Результаты исследования позволяют детализировать показатели, которые определяют эффективность игровой деятельности спортсменок восьми лет при занятиях гандболом. Эти результаты целесообразно учитывать в тренировочном процессе с гандболистками первого года обучения на этапе начальной подготовки.

Ключевые слова: гандбол, тактико-технические действия, начальная подготовка.

Parameters that determine the effectiveness of tactical and technical actions in the competitive activities of handball players of the first year of training at the initial training stage

Mokina Elena Igorevna

Lutkova Natalia Valerievna, doctor of pedagogical sciences, associate professor

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract. The article presents the results of studying the parameters that ensure the effectiveness of tactical and technical actions by young athletes when throwing, passing, catching and dribbling. The mistakes of young handball players were revealed, which lead to the loss of the ball when playing in the attack. The results of the study allow you to detail the indicators that determine the effectiveness of the playing activities of athletes of eight years in handball. It is advisable to take these results into account in the training process with first-year handball players at the initial training stage.

Keywords: handball, tactical and technical actions, initial training.

ВВЕДЕНИЕ. Этап начальной подготовки предусматривает участие юных гандболисток в соревнованиях. Эффективность выполнения индивидуальных тактических действий в игре зависит от владения юными спортсменками техническим арсеналом. При этом вариативность способов выполнения технических приемов игры на начальном этапе обучения уступает подготовленности квалифицированных спортсменов [1]. Это зависит от возрастных физических и когнитивных способностей начинающих спортсменок [2]. Информация о параметрах, которые обеспечивают эффективность выполнения тактико-технических действий юными гандболистками, представляется недостаточно полной. Целью исследования явился аналитический анализ параметров, обеспечивающих эффективность выполнения тактико-технических действий гандболистками первого года обучения этапа начальной подготовки в условиях соревновательной деятельности. Решали задачи:

1. Определить параметры, обеспечивающие эффективность выполнения броска, передачи, ловли и ведения мяча гандболистками первого года обучения этапа начальной подготовки.

2. Проанализировать параметры, обеспечивающие эффективность выполнения индивидуальных атакующих и защитных действий, с учетом позиции игрока и соотношения игроков нападения и защиты, участвующих при взаимодействии.

3. Выявить ошибки, которые приводят к потере мяча у юных гандболисток.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. В исследовании приняли участие 26 гандболисток этапа начальной подготовки, первого года обучения в СШОР Кировского района города Санкт-Петербурга.

В ходе соревновательной деятельности юных гандболисток проводили педагогическое наблюдение. Определяли и анализировали параметры, обеспечивающие эффективность выполнения индивидуальных технико-тактических действий гандболисток в нападении при выполнении броска, передачи, ловли и ведения мяча. Для определения эффективности выполнения бросков использовали карты наблюдения: карта наблюдения для изучения параметра «Зоны нападения» (рисунок 1), карта наблюдения для изучения параметра «Расстояние» (рисунок 2). Для изучения направления полета мяча в область ворот использовали карту наблюдения для изучения параметра «Область ворот» (рисунок 3).

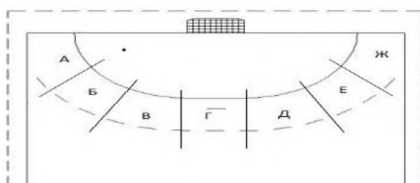


Рисунок 1 – Карта наблюдения для изучения параметра «Зоны нападения»



Рисунок 2 – Карта наблюдения изучения для параметра «Расстояние»

Л9	Цв	П9
Лс	Цс	Пс
Лн	Цн	Пн

Рисунок 3 – Карта наблюдения для изучения параметра «Область ворот»

Примечание: Л9 – левый верхний угол; Цв – центр-верх; П9 – правый верхний угол; Лс – левая середина; Ц – центр; Пс – правая середина; Лн – левый нижний угол; Цн – центр-низ; Пн – правый нижний угол.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Параметры, обеспечивающие эффективность выполнения броска юными гандболистками, представлены в таблице 1.

Определено, что в игровой соревновательной деятельности юные гандболистки в основном используют бросок способом одной рукой сверху, в опорном положении, с места в центральной зоне, зоны «В», «Г», «Д», с 6-метровой линии. Эффективность бросков выше при соотношении игроков нападения и защиты в

равенстве 1х1 и без защитника. Эффективность таких бросков составляет 60-80%. Основное направление броска мяча осуществляется во вратаря и центральную область ворот. Эффективность применения броска способом одной рукой сверху в прыжке составляет 10-20%.

Таблица 1 – Параметры, обеспечивающие эффективность выполнения броска юными гандболистками

Параметры, характеризующие выполнение тактико-технического действия	Эффективность, %			
	60-80	20-40	10-20	0
Способ броска	Одной рукой сверху в опоре с места	Одной рукой сверху в опоре с места	Одной рукой сверху в прыжке	
Зона броска	«В», «Г», «Д»	«В», «Г», «Д»	«Б», «Е»	
Расстояние до ворот при броске	с 6 м	до 9 м		из-за 9 м
Противодействия соперника при броске	1х1, 1х0			1х3, 1х2
Область ворот при броске	Во вратаря, Лс	Пс	Цс	
Двигательные действия (технические приемы) в сочетании с броском		Ловля и 3 шага	Ведение и 3 шага	
Ошибки, потери мяча при выполнении броска	Заступ	Пробежка		

Такие показатели эффективности выявлены при бросках в зонах «Б», «Е». Эффективность бросков составляет 20-40% при расстоянии до ворот до 9 метров. В броске после выполнения ловли и трех шагов, ведения и трех шагов эффективность составляет до 40% и до 20% соответственно. Ошибка «заступ в площадь ворот» зафиксирована при выполнении броска с 6-метровой линии и ошибка «пробежка» – при броске с разбега.

Параметры, обеспечивающие эффективность выполнения передач юными гандболистками, представлены в таблице 2.

Результаты свидетельствуют, что наиболее эффективное выполнение передачи (60-80%) происходит с открытых позиций, без защитников, одной рукой сверху в опоре на месте, на короткие дистанции. При выполнении передачи мяча с открытых позиций, с отскоком эффективность составляет 20-40%, с прямой траекторией полета мяча – 10-20%. Передачи по высокой траектории и с закрытых позиций не эффективны (0%). Эффективность 20-40% – при выполнении передач мяча с места на среднее расстояние; дальние передачи неэффективны (0%). При взаимодействии с защитником 1х1 эффективность выполнения передач составляет 10-20%. Эффективность выполнения передач после шагов или ведения составляет 20-40% и 10-20% соответственно. Потеря мяча при выполнении передачи происходит из-за неточности передач, в ситуациях отбор мяча при подготовке к выполнению передачи и в ситуациях, когда мяч выходит за поле площадки, в «аут».

Таблица 2 – Параметры, обеспечивающие эффективность выполнения передач юными гандболистками

Параметры, характеризующие выполнение тактико-технического действия	Эффективность, %			
	60-80	20-40	10-20	0
Способ передачи	В опоре, одной рукой сверху, на месте	В опоре, одной рукой сверху, на месте	В опоре, одной рукой в движении	
Траектория мяча и позиция игрока при передаче	Прямая открытая	С отскоком открытая	Прямая открытая	Навесные закрытые
Расстояние до партнера (дистанция) при передаче	Короткие до 3 м	Средние до 5 м с места		Дальние более 5 м
Противодействия соперника при передаче	Без защитника	Без защитника	1х1	1х2, 1х3
Двигательные действия (технические приемы) в сочетании с передачей	Без др. приемов	После 3 шагов	После ведения	
Ошибки, потери при выполнении передачи	Неточная, перехват	Отбор	Аут, пробежка	

Параметры, обеспечивающие эффективность выполнения ловли юными гандболистками, представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Параметры, обеспечивающие эффективность выполнения ловли юными гандболистками

Параметры, характеризующие выполнение тактико-технического действия	Эффективность, %			
	60-80	20-40	10-20	0
Способ ловли мяча	Двумя руками на месте	Двумя руками на месте	Двумя руками в движении	
Траектория полета мяча, позиция игрока при ловле	Прямая, открытая	С отскоком, открытая		Высокая, закрытая
Расстояние от партнера	Короткие до 3 м с места	Средние до 5 м с места		Дальние более 5 м
Противодействия соперника	Без защитника	1х1	1х1	1х2
Ошибки и потери при выполнении ловли мяча	Перехват	Перехват	Аут	

Показатель эффективности выполнения ловли мяча в игре составляет 60-80% при ловле мяча двумя руками на месте, когда траектория полета мяча прямая, позиция игрока открытая, без защитника, и ловля мяча с короткого расстояния. Эффективность 20-40% – при выполнении ловли мяча с отскоком, при открытой позиции, ловля мяча со среднего расстояния. Эффективность 10-20% – при ловле мяча в движении двумя руками, при взаимодействии с соперником 1х1. Выполнение ловли мяча игроками было неэффективно (0%) при выполнении тактико-

технического действия по высоко летящей траектории, на дальнее расстояние с закрытых позиций и при противодействии защитников 1х2. Ошибки при выполнении ловли мяча допускаются в условиях при перехвате мяча защитником и ухода мяча за пределы боковой линии.

Параметры, обеспечивающие эффективность выполнения ведения мяча юными гандболистками, представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Параметры, обеспечивающие эффективность выполнения ведения мяча юными гандболистками

Параметры, характеризующие выполнение тактико-технического действия	Эффективность, %			
	60-80	20-40	10-20	0
Способ ведения	Одной рукой многоударное в движении	Одной рукой многоударное в движении	Одноударное на месте	Попеременное многоударное
Направление движения при ведении	По прямой	По диагонали		
Расстояние (дистанция) при ведении	До 8 м	До 6 м		
Противодействия соперника при ведении	Без защитника	1х1		
Двигательные действия (технические приемы) в сочетании с ведением		1 или 2 шага передача	3 шага бросок	
Ошибки, потери при ведении	Потеря	выбивание	Двойное ведение Пробежка	

Показатель эффективности составляет 60-80% при многоударном ведении по прямой одной рукой, без защитника, если преодолевается расстояние на площадке до 8 метров. Одноударное ведение на месте и в движении имеет показатель эффективности до 10-20%. Показатель эффективности 20-40% достигается при выполнении ведения по диагонали, на расстояние до 6 метров и в ситуации с сопровождением соперника 1х1. Сочетание ведения мяча с шагами и последующей передачей соответствует показателю эффективности выполнения ведения 20-40%, а при сочетании трех шагов с последующим броском соответствует 10-20%. Потеря мяча происходит при ошибках ведения и в условиях противодействия ведению «выбивание», при нарушении правила трех шагов и двойном ведении.

ВЫВОДЫ:

1. Эффективность 60-80% достигается при выполнении тактико-технических действий гандболистками первого года обучения на этапе начальной подготовки в простых удобных положениях, при выполнении индивидуальных атакующих действий с открытых позиций, преимущественно без защитников.

2. Эффективность 60-80% проявляется при выполнении броска одной рукой в опорном положении с места, с центральной зоны, зон «В», «Г», «Д» и с 6-

метровой линии. Траектория полета мяча направлена в центральную область ворот, преимущественно во вратаря. Эффективность 60-80% достигается при выполнении передачи одной рукой сверху и ловле мяча двумя руками с места, выполняемых на коротких дистанциях, по прямой траектории полета мяча и без сочетания с другими техническими приемами; при выполнении ведения мяча одной рукой по прямой на средней дистанции, без изменения направлений движения.

3. Ошибки, допускаемые при выполнении тактико-технических действий юными гандболистками, связаны с нарушением правил игры. При броске с 6-метровой линии допускается ошибка «заступ в зону вратаря»; «пробежка»; при выполнении ведения мяча – «двойное ведение»; при выполнении ловли и передачи мяча – мяч уходит за пределы площадки, «аут». Потери мяча происходят при противодействии защитников в условиях перехвата, отбора и выбивания мяча.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Луткова Н. В., Макаров Ю. М., Рамзайцева А. А., Мокина Е. И., Зайцев А. А. Формирование ориентировочной основы игровой деятельности спортсменов на первом уровне обучения // Теория и практика физической культуры. 2019. № 1. С. 87-89.

2. Мокина Е. И., Луткова Н. В. Характеристика физической подготовленности и когнитивных способностей гандболисток 9 лет // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 11 (225). С. 250–253.

REFERENCES

1. Lutkova N. V., Makarov Yu. M., Ramzaytseva A. A., Mokina E. I., Zaitsev A. A. (2019), "The formation of an approximate basis for the playing activities of athletes at the first level of training", *Theory and practice of physical culture*, No. 1, pp. 87–89.

2. Mokina E. I., Lutkova N. V. (2023), "Characterization of physical fitness and cognitive abilities of handball players 9 years old", *Uchenyye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11, pp. 250–253.

Информация об авторах:

Мокина Е. И., старший преподаватель кафедры теории и методики спортивных игр, Elena_mokina@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0000-0409-9587>

Луткова Н.В., профессор кафедры теории и методики спортивных игр, nataliya_lutkova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-4999-9858>

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 19.02.2024.

Принята к публикации 01.03.2024.