

Андріан Остапов
старший викладач кафедри
фізичної культури та спорту,
Юрій Лупай
магістрант групи 501вФС,
(Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка, м. Полтава, Україна)

ЕФЕКТИВНІСТЬ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ КОМАНДИ ГАНДБОЛІСТОК У ЗАХИСТІ

Yurii Lupai. Andrian Ostapov. Effectiveness of technical and tactical actions of the handball team in defense.

Key words: Handball, women handball team, competitive activity, efficiency, defensive actions

Підготовка гандболісток команд студентської молоді має свої специфічні особливості: Пріоритетність складає навчальна діяльність; різний рівень підготовленості гандболісток; часта зміна контингенту команд, які беруть участь у змаганнях внутрішньо університетського рівня (збірних команд факультетів) та серед збірних команд закладів вищої освіти.

Розвиток та вдосконалення тактичних дій у групах в захисті, то є одним із пріоритетних напрямків тактичної підготовки команди. Адже ефективність взаємодії у групах захисту визначає переможний результат гри під час змагальної діяльності. Вміло організовані дії у захисті не тільки закріплює успіх у нападі, але й впливає на подальший розвиток та хід гри в цілому.

Позитивний результат у захисних діях гравчинь залежать від рівня фізичної підготовленості кожної із них, у змозі швидко оцінювати переміщення суперниць та прогнозувати подальший розвиток атакуючи дій суперниць з метою організації активної протидії у захисті.

Практично можна виділити можна виділити такі завдання, які мають вирішувати гравчині під час захисту – це:

1. Системно та систематично руйнувати атакуючі дії суперниць.
2. Зривати або випереджати дії суперниць під час атакуючих дій індивідуально чи у групах.
3. Порушувати комбінаторні дії та тактичні ходи суперниць.
4. Своєчасно та результативно блокувати кидки по воротах.
5. Перехоплювати м'яч та переходити до стрімкої контратаки.

Встановлення структури та визначення ефективності групових та командних тактичних дій у захисті стало метою нашого дослідження. Під час якого використані наступні методи: аналіз науково-методичних джерел, педагогічне спостереження та математичний аналіз результатів.

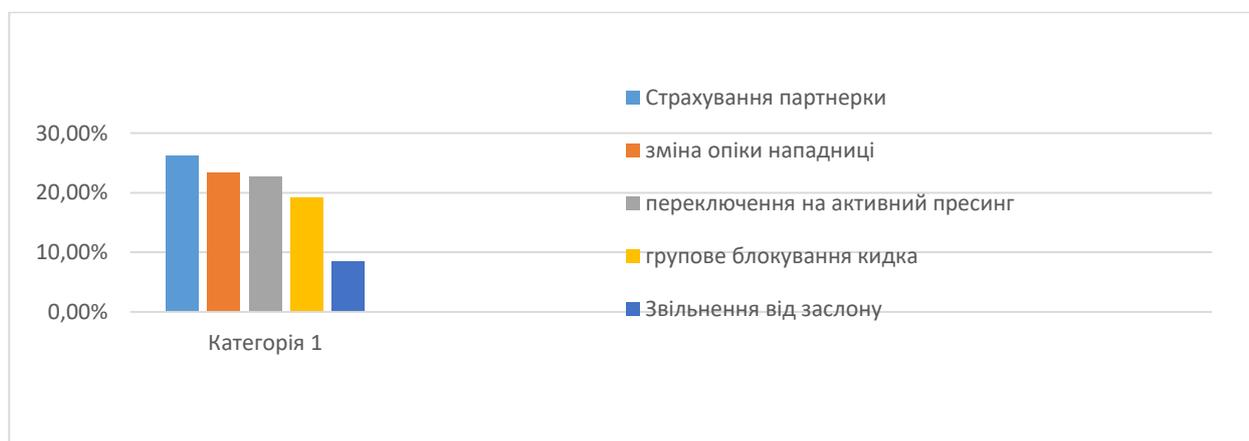
За результатами спостереження за діями гравчинь під час матчу було

виконано 141 техніко-тактичну дію у захисті. Із них «страхування партнерки» - 37 разів; «зміна опіки нападниці» - 33 рази; «переключення на активний пресинг» - 32 рази; «групове блокування кидка» - 27 разів; «звільнення від заслону» - 12 разів.

Кількість техніко-тактичних дій у захисті під час проведення контрольної гри

ГРА	страхування партнерки	зміна опіки нападниці	переключення на активний пресинг	групове блокування кидка	звільнення від заслону
1	37	33	32	27	12

Процентне співвідношення техніко-тактичних дій у захисті під час проведення контрольної гри виражене у процентах



Отже, частіше всього гравчині використовували у грі під час захисту таку групову дію як страхування партнерки – 26,24%; зміна опіки нападниці застосовувалась – 23,40%; переключення на активний пресинг – 22,69%; групове блокування кидка – 19,14%; звільнення від заслону – 8,51%.

Встановивши кількісні та якісні показники за результатами дослідження під час контрольної гри, ми визначили їх ефективність, яка виражена у таблиці 2:

гра	страхування партнерки	зміна опіки нападниці	переключення на активний пресинг	групове блокування кидка	звільнення від заслону
1	47,42%	42,79%	41,54%	36,78%	11,24%

Висновок. Визначені нами показники техніко-тактичних дій гравчинями у захисті вказують на оптимізацію тренувального процесу з метою підвищити увагу на вдосконалення групових тактичних дій у захисті,

більше застосовувати у навчально-тренувальному процесі комплексів направлених на вдосконалення тактичних дій у захисті, а саме: звільнення від заслону, групове блокування, переключення на активний пресинг.

Список використаних джерел:

1. Дорошенко Е.Ю. Удосконалення техніко-тактичних дій висококваліфікованих гандболістів: проблеми, пошуки, вирішення: монографія/ Е.Ю. Дорошенко, Д.Г. Сердюк, О.О. Мітова. Запоріжжя: ООО ЛІПС ЛТД 2016. 312 с.

2. Дядечко І.Е. Оптимізація тренувального процесу в гандболі з урахуванням специфічних особливостей жіночого організму: монографія / І.Є. Дядечко, Р.В. Клопов, Е.Ю. Доршенко. Запоріжжя: ЗНТУ, 2019. 232 с.

3. Циганок В.І. Диференціація показників результативності техніко-тактичних дій кваліфікованих гандболістів у змагальному процесі / В.І. Циганок, О.М. Соловей // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2020. Вип. 8 (128) С. 190-194

Алтай Абдуллаєв

*старший викладач кафедри теорії та методики
фізичного виховання і спорту,
Мелітопольський державний педагогічний
університет імені Богдана Хмельницького*

Олексій Нестеров

*старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту,
Таврійський державний агротехнологічний
університет імені Дмитра Моторного*

Інесса Ребар

*старший викладач кафедри теорії та методики
фізичного виховання і спорту,
Мелітопольський державний педагогічний
університет імені Богдана Хмельницького
(Запоріжжя, Україна)*

**ЗАСОБИ УДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ
ЗДІБНОСТЕЙ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ
ПРОЦЕСІ ЮНИХ БОРЦІВ**

Altai Abdullaev, Oleksii Nesterov, Inessa Rebar. Means of improving high-speed and power abilities in the educational and training process of young wrestlers.

Key words: speed and power abilities, physical training, young wrestlers, sports training.

Спортивні єдиноборства характеризуються значним об'ємом навантажень, що виконуються в складних варіативних ситуаціях, що висуває високі вимоги до швидкості рухової реакції, здатності борця миттєво ухвалювати оптимальні рішення та виконувати ефективні техніко-тактичні дії з максимально можливою