

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение «Национальный  
государственный Университет физической  
культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.  
Лесгафта, Санкт-Петербург»

Совершенствование групповых атакующих  
действий в команде гандболисток 17-18 лет

Выпускная квалификационная работа

по направлению: 49.03.01- Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде  
спорта (гандбол)

Выполнила:

Студентка 4 курса 8 группы  
Тимофеева Мария Игоревна

Научный руководитель:  
Старший преподаватель  
Анненко Инна Юрьевна

# Актуальность

- Современный гандбол становится все более динамичной игрой, что продиктовано как изменениями в правилах игры, так и постоянным совершенствованием системы спортивной тренировки. Несмотря на возросшую интенсивность игры, преобладающей формой организации атакующих действий остается позиционное нападение, предполагающее постепенное, последовательное ведение атаки против организованной в определенную систему защиты. В атаке против организованной защиты команды используют как индивидуальные действия, так и коллективные взаимодействия игроков.
- **Проблема исследования** заключается в следующем: специалисты отмечают, что различие в средствах и методах, применяемых в спортивной тренировке игроков первой и второй линии, приводит к необходимости разделять игроков на соответствующие группы и вести часть тренировочного процесса отдельно. Это сказывается на способности согласовано оценивать игровые ситуации и прогнозировать действия партнера и противника, что в конечном итоге приводит к снижению эффективности взаимодействий. В то же время в литературе мы не обнаружили четкой методики совершенствования взаимодействий гандболистов первой и второй линии нападения, что предьявляет необходимость дополнительного изучения данного вопроса.

# Гипотеза

- Гипотеза. Предполагается, что разработка и применение комплекса, включающего в себя специальные игровые упражнения, подвижные и психотехнические игры, позволит повысить эффективность групповых атакующих действий у гандболисток 17-18 лет.

# Теоретическая и практическая значимость

- **Теоретическая значимость** заключается в необходимости дополнить существующую теорию и методику тактической подготовки гандболисток 17-18 лет новыми знаниями о средствах, повышающих эффективность взаимодействий игроков первой и второй линии нападения.
- **Практическая значимость** исследования заключается в том, что в ходе работы нами был разработан комплекс специальных упражнений по совершенствованию взаимодействий игроков первой и второй линии нападения в женских командах старшего возраста. В результате работы комплекс специальных упражнений использовался в учебно-тренировочном процессе ДЮСШ Кировского района.

# Цель исследования

Совершенствовать учебно-тренировочный процесс, направленный на повышение эффективности групповых атакующих действий в командах у гандболисток 17-18 лет.

- **Объект исследования:** тактическая подготовленность гандболисток 17-18 лет.
- **Предмет исследования:** групповые атакующие взаимодействия гандболисток 17-18 лет.

# Задачи исследования:

- 1. Выявить наиболее эффективные взаимодействия между игроками первой и второй линии нападения.
- 2. Разработать комплекс специальных упражнений для совершенствования взаимодействия игроков первой и второй линии нападения.
- 3. Экспериментально обосновать эффективность использованного комплекса, направленного на совершенствование групповых взаимодействий гандболисток 17-18 лет в нападении.

# Методы исследования

- 1. Теоретический анализ и обобщение данных литературных источников.
- 2. Педагогическое наблюдение.
- 3. Спортивно – педагогическое тестирование.
- 4. Педагогический эксперимент.
- 5. Методы математической статистики.



# Организация исследования

- **На первом этапе** исследования осуществлялся анализ литературных источников по теме квалификационной работы; проводились педагогические наблюдения в ходе соревновательной деятельности гандболисток с целью определения эффективности взаимодействий в нападении; осуществлялось спортивно-педагогическое тестирование с целью оценки уровня тактико-технической подготовленности гандболисток; осуществлялась работа по подбору средств, направленных на совершенствование атакующих взаимодействий в гандболе.
- **На втором этапе** исследования проводился педагогический эксперимент, направленный на совершенствование атакующих действий гандболисток, осуществлялась проверка эффективности подобранных упражнений, направленных на совершенствование техники и тактики игровых действий гандболисток в нападении, осуществлялась обработка результатов исследования и написание квалификационной работы.



# Результаты исследования и их обсуждение.

## До эксперимента

№	Контрольные упражнения	До эксперимента $X \pm S_x$
1	Броски мяча в цель (раз)	$6.6 \pm 1.7$
2	Передача мяча на точность (раз)	$12.3 \pm 2.5$
3	Комплексное упражнения для полевого игрока (с)	$33.6 \pm 0.5$
4	Решение типовых игровых ситуаций	$1.1 \pm 0.9$

# Результаты педагогического наблюдения до эксперимента

№	Показатели атакующих действий	До эксперимента
		$X \pm S_x$
1	Общее количество взаимодействий	16,8
2	Общая эффективность взаимодействий	29,5%
3	Скрестные взаимодействия (Количество)	2,9
	Эффективность	31%
4	Параллельные взаимодействия (Количество)	5,9
	Эффективность	32,2%
5	Взаимодействия с постановкой заслона (Количество)	8
	Эффективность	27,5%

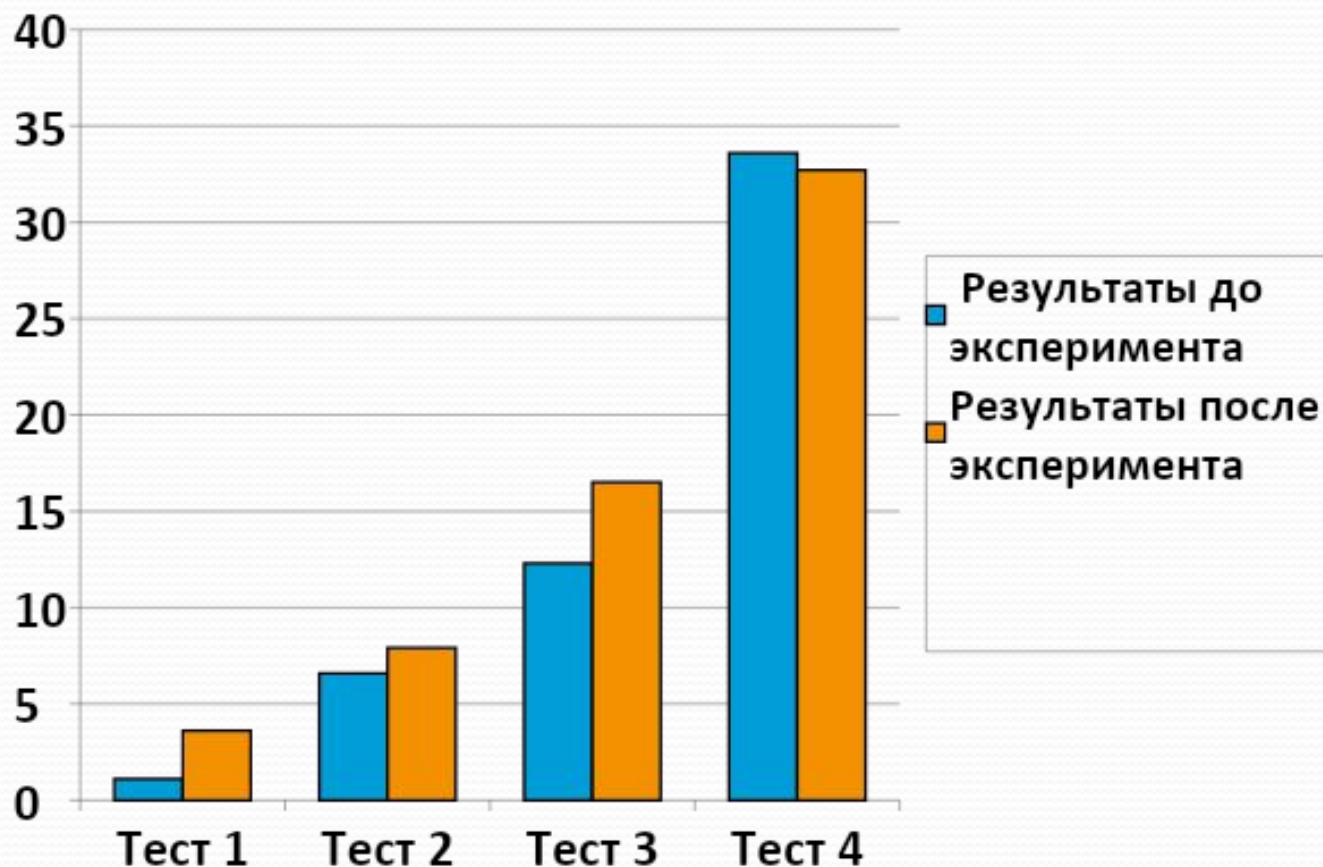
# Комплекс средств направленный на повышение эффективности взаимодействий между игроками первой и второй линии нападения.

**Первый блок** включал в себя подвижные игры.

**Второй блок** включал в себя специальные игровые упражнения, направленные на повышение эффективности взаимодействий между линиями.

**Третий блок** упражнений включал в себя психотехнические игры.

# Результаты спортивно-педагогического тестирования до и после

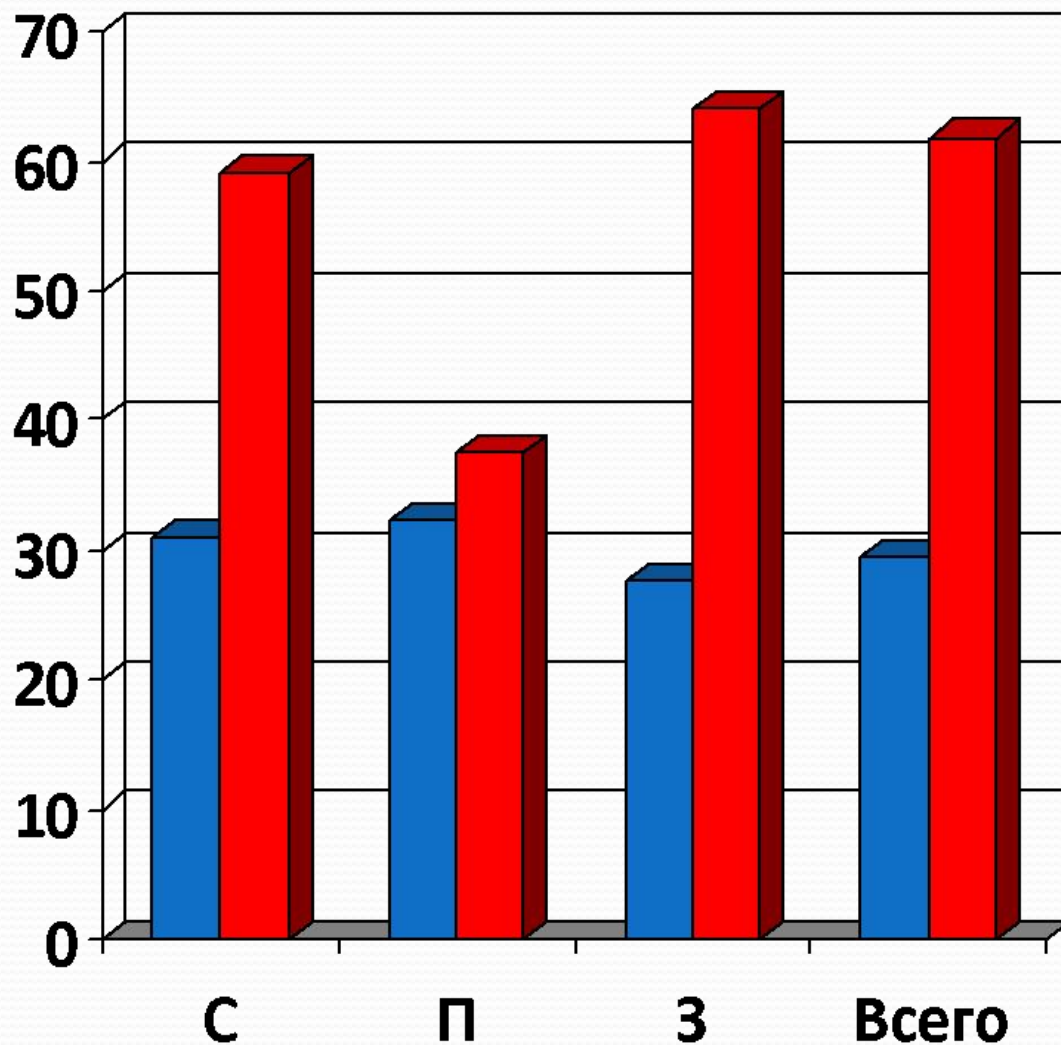


# Результаты педагогического наблюдения за соревновательной деятельностью гандболисток 17-18 лет до и после эксперимента

С - скрестные  
взаимодействия.

П - параллельные  
взаимодействия.

З - взаимодействия с  
помощью заслона.



■ Результаты до  
эксперимента

■ Результаты  
после  
эксперимента

# ВЫВОДЫ

1. Выявлено, что в среднем за игру, гандболистками выполняется всего 16.8 групповых взаимодействий. Из них, в среднем, 2.9 взаимодействий выполняется за счет скрестных перемещений нападающих, 5,9 за счет параллельных перемещений нападающих и 8 выполняется при постановке заслона. Общая эффективность групповых тактических взаимодействий составляет 29,5%. Наибольшая эффективность отмечена у параллельных взаимодействий – 32,2%, а наименьшая – у взаимодействий, выполненных при постановке заслона – 27,5%. Эффективность скрестных взаимодействий составила 31%.
2. Разработан комплекс средств, направленных на повышение эффективности взаимодействий между первой и второй линиями необходимо проводить по трем блокам:  
Первый блок – подвижные игры;  
Второй блок - специальные игровые упражнения, направленные на повышение эффективности взаимодействий между линиями, в том числе гандбол по измененным правилам;  
Третий блок - психотехнические игры.
3. После проведения педагогического эксперимента среднее количество взаимодействий за игру увеличилось и составило 23,7, а их эффективность повысилась до 61,8%. Сравнительный анализ результатов педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью исследуемой группы гандболисток до и после эксперимента показал, что среднее количество взаимодействий между линиями нападающих увеличилось на 1,4 ( $P \leq 0.05$ ), а их эффективность возросла до 64 %.



**Спасибо за  
внимание!!!**