

**И. Г. Шестаков, Р. А. Калашян**

### **Соревновательные формы игры в гандбол для учащихся начальной школы**

В соответствии с педагогическими принципами, с учётом возрастных и физиологических возможностей занимающихся разработаны и предложены доступные соревновательные формы игры в гандбол для учащихся начальной школы. Использование в учебно-тренировочном процессе принципа «от простого к сложному» позволит детям при переходе в старшие возрастные группы решать более сложные двигательные задачи, которые им будут предъявлять новые соревновательные формы.

*Ключевые слова:* гандбол, соревновательные формы, правила игры.

**I. G. Shestakov, R. A. Kalashyan**

### **Competitive forms for handball game for primary school students**

In accordance with the pedagogical principles, with due regard for age and physiological features involved, developed and offered the available competitive form of the game of handball for primary school students. The use in the process of training principle "from simple to the complex" will allow children under the transition to the older age groups to solve more complex motor tasks that they will face new competitive form.

*Keywords:* handball, competitive forms, rules of the game.

**Соревновательную деятельность** принято рассматривать как управляемую сознанием психофизическую активность, которая посредством соревновательных действий направлена на достижение победы над соперником в условиях характерного противоборства, а также при строгом соблюдении установленных правил на соревнованиях.

Соревновательная деятельность в детском спорте – это совместная деятельность детей, тренеров и специалистов по наиболее полной реализации тренировочных эффектов, а также других моментов и факторов в условиях официальных соревнований.

Состав соревновательных действий является отличительной чертой вида спорта. В некоторых соревновательных действиях фиксируется конечный результат, к примеру в гандболе – количество заброшенных мячей.

Содержание соревновательной деятельности составляют конкретные действия со своей спецификой, отвечающие установленным правилам в каждом виде спорта. Освоение детьми соревновательных действий и формирование эффективного их применения создают у них поведенческий опыт в условиях конкуренции.

В регулярной спортивной деятельности, направленной на высшие достижения, соревновательные формы составляют одну из формообразующих основ системы подготовки спортсмена и

одновременно являются теми целевыми установками, на которые ориентируется весь процесс спортивной подготовки. Использование состязательных моментов возможно и в спортивных играх с младшими школьниками [13, 19].

Представленный в данной статье материал не затрагивает положение об использовании соревновательных форм во время проведения тренировки, а касается в основном проблематики соревновательных форм игры в гандбол для учащихся начальной школы.

Разграничение соревновательных форм игры в гандбол на подготовительные и основные позволяет выстроить целостную систему подготовку игроков, при которой соревновательный процесс является логическим продолжением тренировочного.

Современные тенденции подготовки резерва в игровых видах спорта вынуждают специалистов идти по пути омолаживания занимающихся, изменять и корректировать структуру учебно-тренировочного процесса, вводя в него научно обоснованные методы работы.

После того, как мини-гандбол начал использоваться как одна из форм соревновательной деятельности, наметилась тенденция к смещению возраста начала занятий гандболом с 10-11 лет на 7-8 лет. Такое смещение означает, что детям в возрасте 7-8 лет на начальных этапах обучения будут предложены движения, которые отвечают

их физиологическим особенностям и уровню физического развития.

Соревновательная форма игры в гандбол, которая предусмотрена правилами гандбола (ИHF), не может использоваться у детей в возрасте от 7 до 10 лет. У данной возрастной группы детей отсутствуют необходимые физиологические основы для выполнения элементарных движений, используемых при игре в гандбол. Это выражается в неспособности детей выполнять движения с соблюдением правила трёх шагов, ведению мяча попеременно двумя руками, к метаниям, а также других более сложных элементов гандбольной техники [4, 5, 6, 7, 8, 13, 17].

В этой связи остро встаёт вопрос о разработке новых соревновательных форм, которые были бы адекватными применительно к возрасту занимающихся, и определение современных требований к игровой деятельности. Один из путей решения этой задачи – максимально широкое использование в ходе учебно-тренировочной работы подвижных игр и эстафет, а также специально подобранных и дополнительно разработанных соревновательных форм.

Игровая деятельность в современной методике физического воспитания является наиболее эффективным направлением учебно-воспитательного процесса и рассматривается как средство обучения и совершенствования двигательной подготовленности младших школьников. Это обстоятельство связано с тем, что из-за определённых особенностей развития и функционирования основных систем организма дети 7-10 лет в большей степени адаптируются именно к игровой деятельности [1, 2, 3, 11, 12, 13 и др.].

Именно в игре, испытывая себя в сравнении с другими играющими детьми, ребенок проявляет свои максимальные возможности, а при специфическом повторении – может тренировать их [6, 7, 17].

Игре свойственны противодействия одного игрока другому, одной команды – другой, когда перед играющими возникают самые разнообразные задачи, требующие мгновенного разрешения. Для этого необходимо в кратчайший срок оценить окружающую обстановку, выбрать наиболее правильное решение и выполнить его, что способствует развитию тактического мышления.

Игра позволяет ребёнку реализовать себя в соответствии со своими возможностями. Проводимая по определённым правилам, она заставляет ребёнка подчиняться этим правилам и, согла-

совывая свои действия с игрой других детей, чувствовать себя членом коллектива.

Немаловажным фактором является и то, что игры и эстафеты представляют собой командные средства тренировки. Это оказывает сильное воспитательное и развивающее воздействие, позитивно влияя на нравственно-волевые черты детей. Ведь сама специфика соревновательных требований и отношений имеет свойство в максимальной мере выявлять физические и психические возможности ребёнка, а также может предельно мобилизовать функциональные резервы детского организма и тем по-особому действенно активизировать их развитие.

Для многих ребят детская спортивная группа (команда) – это первый большой коллектив. Здесь они учатся общению, оказанию взаимопомощи друг другу, умению считаться с мнением других детей, приучаются преодолевать эгоистические побуждения.

В соревновании со сверстниками развивается здоровое честолюбие, проявляется решимость, мужество и упорство для достижения цели. В командных играх каждый участник наглядно убеждается в преимуществах общих, дружных усилий, направленных на преодоление препятствий и достижение общей цели, а также имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действий [7, 9, 10, 11, 18].

В детском коллективе многие негативные педагогические и психологические проблемы удается решить благодаря квалифицированным действиям педагога быстрее.

Остановимся на соревновательных формах игры в гандбол для младших школьников, которые можно применять в процессе обучения, что не противоречит возрастной физиологии ребенка. Использование на занятиях этих соревновательных форм позволит повысить уровень физической подготовленности учащихся младших классов, а также степень овладения базовыми движениями, используемыми при игре в гандбол.

Назовём эти формы:

- **«гандбол лилипутов»** – здесь предлагается убрать правила «трёх шагов», «трёх секунд» и «двойного ведения», а также уменьшить размеры площадки до рекомендованных ИHF параметров мини-гандбольной площадки;

- **«гандбольчик»** – те же требования, что и в «гандболе лилипутов», но добавляется правило «трёх шагов», а также увеличивается время игры до 10 мин и время перерыва между таймами до 4 мин;

- «мини-гандбол» – игра по правилам гандбола, но на мини-площадке.

Во всех предлагаемых формах девочки и мальчики могут играть вместе.

В основу учебно-тренировочной работы необходимо положить один из основных педагогических принципов – от простого к сложному. Это позволит детям при переходе в старшие возрастные группы решать более сложные двигательные задачи, которые им будут предъявлять новые соревновательные формы. Таким образом, подготовительные, а затем и основные соревновательные формы будут являться адекватными требованиям к овладению игроком

более сложными навыками игры, что послужит основой для его дальнейшего совершенствования.

Далее представляем описание правил игры и её технические условия.

**Игра «гандбол лилипутов» для детей 1-2 классов**

**1. Разметка**

- Размер площадки: 20×10 м<sup>2</sup>.
- Ворота: 240×160 м<sup>2</sup>.

Площадь вратаря: прямая линия на расстоянии 4,5 метров от ворот (рис. 1).

**2. Время игры**

- Три периода по 7 мин с 3 мин перерывом.
- Игроки должны проводить на площадке приблизительно одинаковое количество времени.

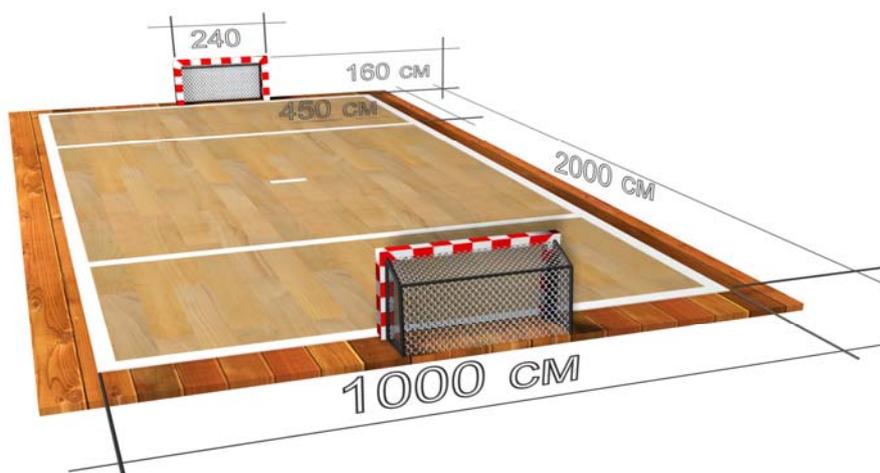


Рис. 1

**3. Мяч**

- Твёрдый мяч. 43-45 см в диаметре, вес 150-200 гр (размер 1) (рис. 2).

- Мягкий мяч. 47-49 см в диаметре, вес 130-200 гр. (рис. 3).



Рис. 2



Рис. 3

#### 4. Игроки

• Команда состоит из 8 игроков. 4 игрока находятся на площадке, включая 1 вратаря, остальные заменяют играющих.

- Девочки и мальчики играют вместе.
- Все игроки могут играть на позиции вратаря.

#### 5. Правила игры

• Игра начинается с передачи мяча игроком, находящимся на линии в центре площадки.

• При выходе мяча за пределы площадки после пересечения линии ворот вратарь вводит мяч в игру.

• Правила «трёх шагов», «трёх секунд» и «двойного ведения» не действуют.

• В момент владения мячом одной из команд вратарь принимает участие в игре как полевой игрок и обязан перейти на половину соперника.

• Бросать в ворота можно только находясь на половине площадки соперника.

• После забитого мяча вратарь вводит мяч из любой точки площади ворот.

• Первую передачу мяча после взятия ворот, свободного броска или введение мяча из-за боковой линии, а также при начале игры нельзя перехватывать.

• Игрокам обороны запрещается выстраиваться вдоль линии площади ворот (активное перемещение в сторону мяча).

• При разнице в счете более 4 мячей проигрывающая команда может выпускать на поле дополнительного игрока.

• Игрокам обороны запрещается выстраиваться вдоль линии площади ворот (активное перемещение в сторону мяча).

#### Правила поведения участников

• Во время игры её участники должны всегда проявлять корректность.

• Запрещается хватать и тянуть за одежду, за руки, толкаться и т. д.

#### Игра «Гандбольчик»

Всё то же, как в игре «Гандбол лилипутов», но с изменениями в следующих пунктах:

#### 2. Время игры

• Три периода по 10 мин. с 4 мин. перерывом.

#### 5. Правила игры

Те же самые правила, как в игре «Гандбол лилипутов», только с использованием правила «трёх шагов».

#### Игра «Мини-гандбол»

Организуется по тем же правилам игры в гандбол, которые разработаны Международной Федерацией Гандбола (ИФГ), но на мини-площадке.

Предложенные формы игры в гандбол для младших школьников позволяют создать систему, при которой соревновательная деятельность является логическим и естественным продолжением учебно-тренировочного процесса.

#### Библиографический список

1. Бальсевич, В. К. Онтокинезиология человека [Текст] / В. К. Бальсевич. – М. : Советская педагогика, 2000. – 275 с.

2. Бальсевич, В. К. Проблемы физического воспитания младших школьников [Текст] / В. К. Бальсевич. // Теория и практика физической культуры. – 1983. – № 8. – С. 9–12.

3. Былеева, Л. В. Подвижные игры [Текст] : учебное пособие для институтов ФК / Л. В. Былеева. – 5-е изд., перераб. и доп. – М. : ФиС, 1988. – 250 с.

4. Виленская, Т. Е. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста [Текст] : учебное пособие / Т. Е. Виленская. – Ростов н/Д : Феникс, 2006. – 256 с.

5. Волков, Л. В. Физические способности детей и подростков [Текст] / Л. В. Волков. – Киев : Здоров'я, 1981. – 116 с.

6. Губа, В. П. Возрастные основы формирования основных умений у детей в связи с начальной ориентацией в различных видах спорта : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. П. Губа. – М., 1997. – 50 с.

7. Губа, В. П. Индивидуальные особенности юных спортсменов [Текст] / В. П. Губа. – Смоленск : СГИФК, 1997. – 220 с.

8. Гужаловский, А. А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста [Текст] : дис. ... д-ра пед. наук / А. А. Гужаловский. – М., 1979. – 331 с.

9. Клусов, Н. П. Гандбол [Текст] / Н. П. Клусов, А. А. Цуркан. – М. : ФиС, 1977. – 135 с.

10. Клусов, Н. П. Ручной мяч в школе [Текст] / Н. П. Клусов. – М. : Просвещение, 1986. – 127 с.

11. Клусов, Н. П. Подвижные игры в занятиях ручным мячом [Текст] / Н. П. Клусов // Физическая культура в школе. – 1989. – № 3. – С. 14–17.

12. Лях, В. И. Двигательные способности школьников: основы, теории и методики развития [Текст] / В. И. Лях. – М. : Терра Спорт, 2000. – 192 с.

13. Маркосян, А. А. Вопросы возрастной физиологии [Текст] / А. А. Маркосян. – М. : Просвещение, 1974. – 223 с.

14. Матвеев, Л. П. Теория и методика физического воспитания [Текст] / Л. П. Матвеев, А. Д. Новиков. – М. : ФиС, 1976. – 329 с.

15. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры [Текст] : учеб. для студ. институтов физич. культ. / Л. П. Матвеев. – М. : ФиС, 1991. – 568 с.

16. Настольная книга учителя физической культуры [Текст] / под ред. Л. Б. Кофмана. – М. : ФиС, 1998. – 498 с.

17. Степашинова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Э. Я. Степашинова. – М. : ФиС, 2001. – 368 с.

18. Шмалов, С. А. Игры учащихся – феномен культуры [Текст] / С. А. Шмалов. – М. : Новая школа, 1994. – 117 с.

19. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. для студ. высш. учеб. завед. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : ФиС, 2000. – 480 с.

13. Matveev, L.P. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya. [Tekst] / L.P. Matveev, A. D Novikov. - M.: FiS, 2 tom., 1976. -329 s.

14. Matveev, L. P. Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury [Tekst]: Ucheb. dlya stud. institutov fi-zich. kul't. / L.P. Matveev. -M.: FiS, 1991. -568 s.

15. Nastol'naya kniga uchitelya fizicheskoy kul'tury [Tekst] / Pod red. L.B. Kofmana. - M.: FiS, 1998. – 498 s.

16. Stepashinova, E.H.YA. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i razvitiya rebenka [Tekst]: Ucheb. po-sobie dlya stud. vyssh. ped. ucheb. zavedenij / E.H.YA.Stepashinova. — M.: FiS, 2001. – 368 s.

17. SHmalov, S.A. «Iгры uchashhikhshya – fenomen kul'tu-ry» [Tekst] / S.A. SHmalov. - M.: Novaya shkola, 1994. -117 s.

18. KHolodov, ZH. K. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta [Tekst]: Ucheb. dlya stud. vyssh. ucheb. zaved. / ZH. K. KHolodov, V. S. Kuznetsov. -M.: FiS, 2000. - 480 c.

### Bibliograficheskij spisok

1. Bal'sevich, V.K. Ontokineziologiya cheloveka [Tekst] / V.K. Bal'sevich.- Sovetskaya Pedagogika – M.: Teoriya i praktika FK, 2000 - 275s.

2. Bal'sevich, V.K. Problemy fizicheskogo vospitaniya mladshikh shkol'nikov [Tekst] / V.K. Bal'sevich.- Sovetskaya Pedagogika – 1983.- № 8-s 9-12.

3. Byleeva, L. V. Podvizhnye igry [Tekst]: uchebnoe posobie dlya instit-v FK / L. V. Byleeva/ -5-e izd., pere-rab. i dop.- M.: FiS, 1988.-250 s.

4. Vilenskaya, T.E. Fizicheskoe vospitanie detej mladshego shkol'nogo vozrasta [Tekst]: uchebnoe posobie / T.E. Vilenskaya. – Rostov n/D.; Feniks, 2006. -256 s.

5. Volkov, L.V. Fizicheskie sposobnosti detej i podrostkov. [Tekst] / L.V. Volkov. - Kiev.: Zdo-rov'ya, 1981. -116 s.

6. Guba, V.P. Vozrastnye osnovy formirovaniya osnovnykh umenij u detej v svyazi s nachal'noj orien-tatsiej v razlichnykh vidakh sporta : avtoref. dis. ... dokt.ped.nauk. / V.P. Guba; -M., 1997. -50 s.

7. Guba, V.P. Individual'nye osobennosti yunyh sportmenov [Tekst] / V.P.Guba. - Smolensk.: SGIFK, 1997. -220 s.

8. Guzhalovskij, A.A. Ehtapnost' razvitiya fizicheskikh (dvigatel'nykh) kachestv i problema optimi-zatsii fizicheskoy podgotovki detej shkol'nogo vozrasta: diss... dokt. ped. nauk./ A.A. Guzhalov-skij; - M., 1979. -331 s.

9. Klusov, N.P. Gandbol. [Tekst] / N.P. Klusov, A.A. TSurkan. - M.: FiC,-1977. - 135 s.Klusov, N.P. Ruchnoj myach v shkole. [Tekst] / N.P. Klusov.- M.: Prosveshhenie,- 1986. -127s.

10. Klusov, N.P. Podvizhnye igry v zanyatiyakh ruch-nym myachom [Tekst] / N.P. Klusov. // Fizicheskaya kul'tura v shkole. -1989.- N 3,- S. 14-17.

11. Lyakh, V.I. Dvigatel'nye sposobnosti shkol'nikov; osnovy, teorii i metodiki razvitiya. [Tekst] / V.I.Lyakh. - M.: Terra Sport, 2000. -192 s.

12. Markosyan, A. A. Voprosy vozrastnoj fiziologii [Tekst] / A. A. Markosyan. -M.: Prosveshhenie, 1974.- 223 s.