

В.Н. Кугрицкий

ГАНГБОЛ



МИНСК • БЕЛАРУСЬ • 1977

В гандбол впервые начали играть в Дании. В 1898 г. преподаватель реального училища из датского города Ордрупа Хольгер Нильсон, желая чем-то занять девочек, пока мальчишки играли в футбол, придумал новую игру. Случилось так, что эта игра привлекла к себе внимание и стала быстро завоевывать популярность в других странах. Особенно широкое распространение гандбол получил в Европе, в таких странах, как Румыния, Чехословакия, Югославия, Венгрия, Швеция. Играют в гандбол и в Азии — в Японии, Корее, Китае; на Африканском материке — в Марокко, Тунисе, Египте; на Американском континенте — в США, Канаде, Бразилии, на Кубе.

Международная федерация гандбола (ИГФ) была образована в 1928 г. В настоящее время членами ИГФ являются 73 страны, в том числе с 1958 г. спортсмены Советского Союза.

Популярность игры позволила включить ее в программу Олимпийских игр 1936 г., а в 1938 г. был организован первый чемпионат мира по гандболу 7×7 для мужчин, положивший начало регулярному проведению этих соревнований как для мужских, так и для женских команд. После Великой Отечественной войны, в 50-х гг., игра получила второе рождение. Этому способствовали простота оборудования, доступность технических приемов и правил игры, возможность проводить игру на площадке и в зале.

В 1965 г. решением Международного олимпийского комитета гандбол был вновь включен в программу Олимпийских игр 1972 г. для мужских команд, а в 1974 г. — в программу XXI Олимпийских игр для женских.

По гандболу проводится ряд популярных международных турниров: «Кубок европейских чемпионов», «Кубок Балтики», «Кубок Балатона» в Венгрии, «Кубок Тайшмайдана» в Югославии, «Кубок Карпат» в Румынии, «Заря Востока» в СССР (Тбилиси). С целью популяризации игры ИГФ в 1974 г. приняла решение организовать новые международные турниры. Например, в каждом послеолимпийском году Международная федерация будет организовывать чемпионат мира для молодежи (до 21 года). Первый такой турнир юниоров состоится в 1977 г., в Швеции, девушки разыграют свой чемпионат в Румынии.

В России гандбол известен с 1909 г. В Харькове в этот год была сооружена первая гандбольная площадка. Массовое же распространение эта игра получила после Великой Октябрьской Социалистической революции.

Всесоюзные соревнования по гандболу с 7 игроками проводятся с 1959 г. Победителями первого турнира сильнейших команд стали мужская команда «Буревестник» (Киев) и женская команда «Жальгирис» (Каунас). Эти команды сохранили свое звание и в 1960 г. В 1961 г. было проведено еще два турнира. У мужчин дважды победил «Труд» (Москва), у женщин — гандболистки «Труда» из Московской области и снова «Жальгирис».

С 1962 г. проводятся чемпионаты СССР для мужских и женских команд. Первыми чемпионами были тбилисский «Буревестник» (мужчины) и московский «Труд» (женщины). Организуются первенства среди студенческих, армейских и школьных коллективов. В 1965 г. гандбол впервые вошел в программу Всесоюзной школьной спартакиады и Спартакиады профсоюзов, а 1971 г. стал для гандболистов годом участия в Спартакиаде народов СССР.

На международную арену советские гандболисты вы-

шли совсем недавно. Начиная с 1961 г. сборные команды СССР (мужская и женская) провели ряд международных встреч. В активе женских команд — победы над спортсменками ЧССР, Румынии, Дании, Венгрии, Польши, Югославии, Норвегии, ГДР и ФРГ; мужских — над спортсменами Швеции, Румынии, Югославии, Польши, Дании, Венгрии, ГДР, ФРГ, Франции, ЧССР, Японии и др.

Советские гандболистки восемь раз выигрывали один из важнейших спортивных трофеев — Кубок европейских чемпионов: в 1963 г. — «Труд» (Москва), в 1967, 1968 — «Жальгирис» (Каунас), в 1970, 1971, 1972, 1973, 1975 гг. — «Спартак» (Киев). В 1968 г. большого успеха добилась мужская сборная студенческая команда СССР, она стала чемпионом мира. В 1973 г. гандболисты Московского авиационного института стали обладателями Кубка европейских чемпионов. Выступая на XX Олимпийских играх в Мюнхене, гандболисты Советского Союза заняли пятое место. На восьмом чемпионате мира в 1974 г. в ГДР мужская сборная СССР заняла пятое место. На пятом чемпионате мира для женских команд, проходившем в 1973 г. в Югославии, женская сборная команда СССР стала бронзовым призером, а на шестом чемпионате мира в 1975 г. в СССР она завоевала серебряные медали. Блестящих результатов добиваются мужская и женская национальные сборные команды СССР на XXI Олимпийских играх в Монреале. Они завоевывают звание олимпийских чемпионов 1976 г.

В Белоруссии гандбол начал распространяться в конце 50-х годов, особенно среди студенческой молодежи.

С 1959 г. регулярно проводятся соревнования, входящие в программу Республиканской студенческой спартакиады, первыми победителями которой были студенты института народного хозяйства им. Куйбышева и студенты института физической культуры. В 1962 г. мужская команда «Политехник» и женская команда «Технолог» завоевывают путевку в высшую лигу советского гандбола.

Успешно выступают на всесоюзных и международных соревнованиях наши юные гандболисты. В первенствах СССР среди юношей сборная команда БССР неоднократно завоевывала золотые, серебряные и бронзовые медали (в 1967, 1969, 1971, 1973 гг.— чемпионы СССР, в 1966, 1968, 1972, 1974 гг.— серебряные призеры, в 1970 г.— бронзовые медали).

В соревнованиях на первенство СССР среди юниоров в 1970 г. в Киеве, в 1972 г. во Львове белорусские юниоры завоевывают серебряные медали, в 1974 г. в Минске они становятся бронзовыми призерами, а в 1975 г. в Каунасе — чемпионами СССР.

В 1965 г. белорусским гандболистам Спартаку Миновичу, Виталию Вольчаку, Анатолию Черкасскому, Николаю Шаюку, Владимиру Бычкову, Юрию Мохову, Игорю Тенину, Роберту Акопову, Анатолию Савинскому, Юрию Фокину впервые было присвоено почетное звание мастера спорта СССР. Среди девушек нашей республики первым мастером спорта СССР по гандболу стала Антонина Шаюк (Нестерчук), которая в декабре 1965 г. вошла в число 21 сильнейшей гандболистки СССР. В 1966 г. право носить серебряный значок «Мастер спорта СССР» получили игроки команды «Технолог»: Надежда Бычкова, Галина Куликовская, Надежда Кулага, Екатерина Сачук, Александра Лукашук, Елена Москаленко, Людмила Григорович, Нэла Радчикова, Людмила Апанасевич.

Звание заслуженного тренера БССР по гандболу присвоено Виталию Добровольскому, Спартаку Миновичу, Арсентию Залевскому, Давиду Резникову, Виктору Косинскому, Игорю Тенину, а звание судьи Всесоюзной категории — Льву Рабиновичу, Борису Гуляеву, Анатолию Ерухимовичу.

В последние годы больших успехов добивается сборная СССР, составленная из белорусских гандболистов, в международном турнире «Дружба» (среди социалистических стран). Этот турнир проводится ежегодно с 1969 г. Победи-

телями первого (в ГДР), второго (в СССР), третьего (в ЧССР), четвертого (в Польше), пятого (в Румынии), шестого (в Болгарии) турниров стали гандболисты СССР, возглавляемые заслуженным тренером БССР Спартаком Мироновичем.

Имена Антонины и Николая Шаюк, Надежды Тениной, Спартака Мироновича, Павла Куявского, Александра Лосовика, неоднократно выступавших за сборную команду СССР, хорошо известны любителям гандбола.

ЛИТЕРАТУРА

Бобровиц Э. И., Кудряшов В. А. Ручной мяч 7×7. Минск, «Урожай», 1968.

ГТО высокие ступени. М., «Молодая гвардия», 1972.

Дьячков В. М. Физическая подготовка спортсмена. М., «ФиС», 1967.

Донской Д. Д. Спортивная техника. М., «ФиС», 1969.

Защиорский В. М. Физические качества спортсмена. М., «ФиС», 1970.

Ивахин Е. И. Ручной мяч 7×7. М., «ФиС», 1962.

Качашкин В. М. Методика физического воспитания. М., «Промышленность», 1968.

Кунст-Германеску И. Ручной мяч 7×7. М., «ФиС», 1969.

Методы специальной силовой подготовки спортсменов высших разрядов (Под ред. засл. мастера спорта В. В. Кузнецова). М., «ФиС», 1967.

Методические материалы по судейству ручного мяча 7×7. Комитет по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР. М., 1974.

Матвеев Л. П. Проблема периодизации спортивной тренировки. М., «ФиС», 1965.

Ручной мяч. Под общей ред. В. А. Кудряшова и Э. И. Бобровица. Минск, «Высшая школа», 1975.

Спортивные игры. Под общ. ред. В. А. Кудряшова. Минск, «Высшая школа», 1968.

Спортивные игры. Под общ. ред. П. А. Чумакова. М., «ФиС», 1970.

Суслов Н. Г. Ручной мяч 7×7. М., «ФиС», 1971.

Теория и методика физического воспитания. Под ред. проф. А. Д. Новикова и Л. П. Матвеева. М., «ФиС», 1967.

Тамбиан Н. Б. Самоконтроль спортсмена. М., «ФиС», 1967.

Единая всесоюзная спортивная классификация 1973—1976 гг. М., «ФиС», 1973.

Любимый бросок. «Спортивные игры», 1975, № 4, с. 14.

СОДЕРЖАНИЕ

О гандболе	3
Сущность игры и основные правила	8
Техническая подготовка	13
Передвижения	13
Передача мяча	14
Ловля мяча	19
Ведение мяча	25
Броски мяча по воротам	29
Обманные движения (финты)	38
Заслоны	43
Игра вратаря	47
Тактика игры	53
Тактические действия в нападении	54
Тактические действия в защите	57
Физическая подготовка	63
Общая физическая подготовка	63
Специальная физическая подготовка	65
Развитие силы	65
Развитие быстроты	68
Развитие ловкости	70
Развитие выносливости	72
Развитие гибкости	73
Занятия с начинающими	76
Дополнительное оборудование	79
Подготовка спортсменов-разрядников	83
Учебный материал для групп новичков	86
Учебный материал для групп III разряда	87
Учебный материал для групп II разряда	89
Учебный материал для групп I разряда	91
Организация занятий в секции	94
Приложение	103
Литература	109

Владимир Николаевич Кудрицкий
ГАНДБОЛ

Издательство «Беларусь»

Редактор Т. И. Войнова. Художник В. И. Шолк. Художественный редактор В. П. Везмен. Технический редактор Г. И. Хмарун. Корректор Г. И. Славинская

ИБ № 203

АТ 10883. Сдано в набор 8/VII 1976 г. Подп. к печати 7/XII 1976 г. Тираж 5000 экз. Формат 70×108¹/₃₂. Бумага тип. № 1. Усл. печ. л. 4,9. Уч.-изд. л. 4,5. Зак. 3417. Цена 15 коп.

Издательство «Беларусь». 220041, Минск-41, Ленинский проспект, 79.

Полиграфический комбинат им. Я. Коласа Госкомиздата БССР. 220005, Минск-5, Красная, 23.

Кудрицкий В. Н.

Г 88 Гандбол. Минск, «Беларусь», 1977.

112 с. с ил.

Книга посвящена одному из наиболее молодых видов спорта в нашей стране — гандболу. В доступной форме излагаются методика обучения игре, основные правила и тактика, приводятся практические рекомендации по изучению технических действий.

Уделяется внимание учебно-тренировочной работе в спортивных секциях, общей и специальной физической подготовке начинающих спортсменов, тренировке вратаря. В книге практический материал по применению дополнительных средств и оборудования в учебно-тренировочных занятиях.

В приложении помещены подбор физических упражнений для овладения техническими и тактическими приемами игры.

Книга предназначена для начинающих спортсменов, а также может быть полезна преподавателям физической культуры, воспитателям, тренерам ДСО и ДЮСШ, инструкторам по физическим упражнениям.

К 60902-018
М 301(05)-77 132-77

7А8.8