

ГРЕТЧЕНКО В.А., строительный факультет, гр. Д-17,
Брест, УО «БрГТУ»
Научный руководитель – Борсук Н.А., старший преподаватель
УО «БрГТУ»

ГАНДБОЛ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Введение. Одним из факторов, стимулирующих студентов к занятиям физической культурой и спортом, является притягательная сила соревнований. Занятия спортивными играми значительно повышают функциональное состояние студентов. Целесообразно планирование занятий в группах спортивных игр по уровню спортивной подготовки.

Цель работы – исследовать последовательность в обучении техническим и тактическим взаимодействиям гандболистов в защите и нападении.

Методы исследования. Анализ литературных источников; опрос в виде анкетирования; оценка уровня физической подготовленности гандболистов; педагогическое наблюдение и метод математической статистики.

Обсуждение результатов. В результате проведенных исследований и обработки полученных результатов нами выявлена определенная последовательность в решении задачи по обучению техническим элементам, применяемым в тактических комбинациях. Общая структура обучения гандболистов, по нашему мнению, должна выглядеть следующим образом:

-последовательное выполнение ряда технических элементов, составляющих тактическую комбинацию;

-последовательное выполнение освоенных технических элементов во взаимодействии с партнером или отработка игровых связок;

-объединение тактических связок в единую тактическую комбинацию;

-выполнение тактической комбинации с активным противодействием защищающейся команды.

Выводы. Таким образом, игровая деятельность гандболистов характеризуется богатством содержания и разнообразием действий спортсменов. Комплексный и разносторонний характер упражнений в гандболе требует высокой физической подготовленности спортсменов, а конкретно - развития таких двигательных качеств, как общая и специальная выносливость, сила, быстрота, ловкость.