
ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ИГРЕ В ГАНДБОЛ СТУДЕНТОВ НУК СПЕЦИАЛИЗАЦИИ “СПОРТ”

УДК 796.011.3:378.14

Воронов В. М., Фарионов В. Н.

Национальный университет кораблестроения имени адмирала Макарова

В статье рассматриваются вопросы индивидуализации процесса обучения игре в гандбол, студентов НУК специализации “Спорт”. Проводя краткую характеристику игры, обосновывается необходимость учета индивидуальных физических особенностей обучаемых. С целью ускорения процесса обучения, предложено использовать механизм переноса физических качеств и двигательных навыков. Изучение компонентов игровой деятельности гандболистов, дало возможность предложить разделение учебной группы студентов на подгруппы, для более эффективного проведения учебно-тренировочных занятий.

Ключевые слова: *лимит времени, эффективность, направленность, перенос качеств, двигательные способности, кинематика движений, анализ, сопряжение, оценка.*

Лимит времени на обучение игре в гандбол (18 часов) студентов специализации “Спорт”, вынуждает искать наиболее эффективные методы обучения. Современный темп и скоростно-силовая направленность игры в гандбол, предъявляют высокие требования к уровню функциональной подготовленности обучаемых. Наряду с изучением технических и тактических действий, необходимо обеспечить развитие физических качеств от реализации которых в наибольшей мере зависит результат обучения.

В процессе обучения достаточно остро стоит проблема повышения эффективности освоения технико-тактических приемов игры в гандбол поскольку выполнение многих игровых действий вызывают у обучаемых чувство тревожности и неуверенности. Это приводит к сковыванию движений и снижению эффективности процесса обучения. Преодолеть образующийся психологический

барьер помогают специальные подводящие упражнения сопряженного характера. Данные упражнения на наш взгляд одновременно развивают необходимые физические качества и способствуют освоению технических приемов, помогают включить механизм переноса физических и двигательных навыков. Суть его состоит в том, что тренировка в каком-либо виде деятельности может привести к заметным изменениям результата и в других видах деятельности, которые не применялись, как тренировочные [1].

В тех случаях, когда между координационными способностями имеется тесная взаимосвязь, можно ожидать перенос тренированности с одних способностей на другие, а также перенос одной и той же способности, проявляемой в различных движениях и двигательных действиях. Пока же с определенным основанием можно считать, что координационные способности проявляются через конкретные движения и двигательные действия, физиологической основой которых, является двигательный навык. В связи с этим, за основу классификации переноса координационных способностей, может быть принята классификация переноса тренированности по двигательному навыку. В свою очередь, каждый из них может быть прямым, косвенным, положительным или отрицательным [1].

Студенты специализации “Спорт”, занимающиеся различными видами спорта, имеющие различный уровень физической подготовленности, обладающие разнообразными климатическими характеристиками движениями, не с одинаковой успешностью осваивают технические приемы и действия игры. В условиях лимита времени, в рамках учебной программы, требуется конкретизация учебно-тренировочных занятий по направленности, специализированности и степени координационной сложности.

Индивидуализация учебно-тренировочного процесса, управление состоянием обучаемых на занятиях, немислимы в настоящее время без учета индивидуальных и типологических особенностей спортсмена [2, 3].

На наш взгляд успешная реализация педагогических усилий зависит от многих субъективных и объективных факторов, но наибольшей степени от инициативы активности и методического сотрудничества студентов и преподавателя.

Как утверждают Латышкевич А.А., Турчин И.Е., Маневич Л.Р. и др. авторы, для овладения технико-тактическим мастерством, в современном гандболе важно развивать у спортсменов такие физические качества: сила, быстрота, скоростная выносливость, ловкость, и подчеркивают необходимость развития у спортсменов мощности движения. Специфическое проявление этих качеств в игровой обстановке у гандболистов связаны с умением реализовать их за счет совершенной координации движений, которую спортсмен может приобрести посредством занятий специализированными упражнениями [4]. Кроме этого, находясь в постоянном движении игрок должен уметь из самых разнообразных положений тела выполнять целенаправленные двигательные действия, основными из которых являются: передача и прием мяча, точный бросок по воротам, своевременное блокирование броска и т.д. [5].

Подбор специализированных упражнений должен быть ориентирован на игровую деятельность, что позволяет обучаемым более уверенно и эффективно выполнять технико-тактические действия, которые ранее вызывали у них чувство тревожности. Немаловажное значение для подбора специальных подводящих упражнений, имеет базовая спортивная специализация обучаемых, так как в гандболе спортсмены выполняют различные игровые функции на площадке. Объективно это выражается в различных соотношениях параметров игровой деятельности, которая в целом объективно отражает специфику выполняемых ими различных двигательных задач [6, 7].

Целью педагогического исследования явилось изучение особенностей применения индивидуального подхода к процессу обучения игре в гандбол с использованием механизма переноса физических качеств и двигательных навыков.

Исходя из поставленной цели, задачи исследования были сформулированы следующим образом:

1. Изучить уровень физической подготовленности, кинематику движений обучаемых с учетом базовой спортивной специализации.
2. Определить, в каком амплуа наиболее эффективно их использовать с учетом специфики игровой деятельности.

3. Распределить обучаемых по группам для занятий с типовыми игровыми функциями.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: анализ литературных источников, педагогическое наблюдение, беседы с обучаемыми, тестирование физической подготовленности, статистические методы обработки полученных результатов.

Полученные из литературы данные подтверждают, что спортсмены гандболисты, выполняющие на площадке различные функции, имеют разный уровень развития определенных двигательных способностей и физического развития [6, 7].

В ходе нашего исследования были выделены компоненты для игровой деятельности: определенный уровень физической подготовленности, кинематика движений обучаемых, антропометрические и личностно-психологические характеристики, как факторы, определяющие распределение функций игроков на площадке.

В связи с необходимостью определять оптимальные группы для индивидуальных занятий специальными техническими и тактическими приемами, мы использовали метод иерархического кластерного анализа данных.

По предварительным результатам, проведенного анализа данных с учетом индивидуальных типологических особенностей, схожестью кинематики движений, учебная группа была разделена на четыре подгруппы: в первую подгруппу вошли студенты по своим качествам соответствовали игрокам второй линии нападения (полусредние и разыгрывающие), вторая подгруппа была сформирована, как угловые игроки, третья линейные игроки и четвертая – вратари.

Именно такими подгруппами и проводились учебно-тренировочные занятия специализированными упражнениями и техническими действиями. Такой подход позволил нам организовать обучение, как управляемую систему, корректировать отстающие компоненты подготовки и применять индивидуальный подход к обучаемым.

В свою очередь, именно индивидуальные способности обучаемых должны определять местоположение и функции, которые спортсмены будут выполнять на площадке во время игры [7].

Проводя анализ педагогического исследования мы убедились в преимуществе индивидуального подхода к обучаемым, студенты во время тренировок и в игре выполняли свойственные координационные действия, легко осваивали новые движения и технические приемы. Разделение по подгруппам дало понимание о различных функциях и задачах других игроков, звеньев и в целом команды.

Полную оценку уровня владения материалом по гандболу, дает наблюдение за деятельностью и активностью обучаемых во время игры. Поэтому, конечной и окончательной оценкой уровня владения материалом по гандболу должна быть оценка деятельности обучаемых в игре.

В перспективе дальнейших исследований, исходя из выше представленного материала, необходимо подобрать широкий набор специальных подводящих упражнений, при выполнении которых студенты добивались бы более быстрого освоения сложных координационных движений и технических приемов игры.

Література

1. *Кряж В. Н., Староста В.* Перенос тренированности в физическом воспитании // Ученые записки: Сборник научных трудов. Вып. 5. – Минск АФВ и СРБ, 2002. – С.252-258.

2. *Игнатъева В. Я.* Гандбол: учебник / В. Я. Игнатъева – М.: Физическая культура, 2008. – 384 с.

3. *Игнатъева В. Я.* Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства: учеб. Пособие / В. Я. Игнатъева, В. И. Тхорев, И. В. Петрачева // [под общ. ред. Игнатъевой В. Я.] – М.: Физическая культура, 2005. – 276 с.

4. *Болобан В. Н.* Спортивная акробатика / В. Н. Болобан. – К.: Вища школа, 1988. – 168 с.

5. Латышкевич Л. А. Гандбол / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич // [под ред. Латышкевича Л. А.]. – К.: Высшая школа, 1988. – 199 с.

6. Селезньова Т. В. Гандбол з методикою викладання: навчальний посібник / Т. В. Селезньова. – Херсон: ХДУ, 2004 – 169 с.

7. Соловей О. Обсяг руховий дій гандболістів в умовах загальної діяльності / О. Соловей // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2010 № 1. – С.56-59.

Воронов В. М., Фаріонов М. Н. Індивідуалізація процесу навчання гри в гандбол студентів НУК спеціалізації “Спорт”

У статті розглядаються питання індивідуалізації процесу навчання гри в гандбол студентів НУК спеціалізації “Спорт”. Проводячи коротку характеристику гри, обґрунтовується необхідність врахування індивідуальних фізичних особливостей учнів. З метою прискорення процесу навчання, запропоновано використовувати механізм переносу фізичних якостей і рухових навичок. Вивчення компонентів ігрової діяльності гандболістів, дало можливість запропонувати поділ навчальної групи студентів на підгрупи, для більш ефективного проведення навчально-тренувальних занять.

Ключові слова: *ліміт часу, ефективність, спрямованість, перенесення якостей, рухові здібності, кінематика рухів, аналіз, оцінка.*

Voronov V. M., Farionov V. N. Individualization of process of teaching playing handball of students of NUK of specialization is “Sport”

The article examines the individualization process of learning to play handball, NUSH students specialization "Sport". A brief description of the game, the necessity of taking into account individual physical characteristics of the students. In order to accelerate the learning process, it is suggested to use the mechanism of transfer of physical characteristics and motor skills. The study of the components of the handball game, made it possible to offer the training division of students into groups to more effectively conduct training sessions.

Keywords: *limit of time, efficiency, orientation, transfer of qualities, motive capabilities, kinematics of motions, analysis, interface, estimation.*