

Федерация гандбола России

Ю. Г. ЗАЙЦЕВ

Совершенствование игры разыгрывающих игроков



Краснодар 2023 г.

Совершенствование игры разыгрывающих игроков

Рецензенты:

А.Н. Драчёв – Заслуженный работник физической культуры России,
Заслуженный тренер России, Мастер спорта международного класса СССР.
Д.В. Бочарников – Мастер спорта международного класса России.

В данной учебно-методической работе освещается ряд разделов техники и тактики разыгрывающего игрока на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Работа является продолжением методического материала, изложенного в книге «Подготовка юных гандболистов».

Учебно-методическая работа предназначена для тренеров, тренеров-преподавателей ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ЦСП, студентов и преподавателей ВУЗов физической культуры.

Общие положения

Центральный или разыгрывающий в гандболе (Россия), в международной классификации (central-Испания, playmaker-Англия), Непосредственно в немецком разыгрывающий обозначается как «Rückraum Mitte» (центральный игрок задней линии), в баскетболе – первый номер. Достаточно широкое терминологическое толкование действительно центральной фигуры не только в гандболе, но и в других игровых видах спорта. Роль разыгрывающего в гандбольной команде любого уровня многогранна. Прежде всего, это руководство командными действиями в позиционной атаке. Кроме претворения в жизнь атакующих схем позиционного нападения, наработанных на тренировках, центральный и сам обязан играть, как завершающий игрок, и при любом удобном случае осуществить проход к воротам или реализовать «стяжку» дальним броском по воротам.

Контратака также не обходится без руководящей роли центрального, естественно, в тех случаях, когда он остаётся играть в защите. Далеко не все сообразительные игроки, а именно, таковым и должен быть разыгрывающий игрок, обладают достойными антропометрическими данными, позволяющими ему занимать место второго защитника. В следствие этого, либо команда вынужденно будет применять позиционную защиту 5:1 и её разновидности, либо в составе команды необходимо иметь высокого крайнего игрока, умеющего играть на позиции второго защитника, а центральный будет замещать его на позиции крайнего защитника. Третий вариант связан с заменой разыгрывающего на штатного специалиста защитных действий, что далеко не всегда благотворно сказывается на контратакующих действиях команды, хотя и может быть более эффективным в плане организации обороны. Большинство команд Суперлиги России предпочитают второй вариант защитных действий.

Ещё одна сильная сторона разыгрывающего игрока – это умение взаимодействовать с линейным игроком. Без преувеличения можно сказать, что это настоящее искусство. Важно не только, чтобы сама связь была скоординирована во времени и месту, но и умение передать мяч линейному игроку, а если защитники прижимаются к линейному, завершить атаку дальним опорным или прыжковым броском.

Большой набор задач, которые необходимо решать разыгрывающему игроку, а также многообразие задач технической подготовки, которые предъявляют высокие требования к их реализации заставляют использовать в качестве центрального только одарённых гандболистов. Существует вариант тактики нападения, при котором в центре может оказаться полусредний. Это применяется при смене мест с участием линейного игрока. При данной схеме перемещений

возможно обходиться без разыгрывающего, однако количество плюсов и минусов данного тактического построения статистически не анализировалось и сравнивать пользу или вред с классическим построением игры в нападении не представляется возможным.

Совершенствование игры разыгрывающего игрока на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства, наиболее продолжительных по времени, занимает центральное место в становлении молодёжи и является базовым для её подготовки.

Цели и задачи спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки.

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

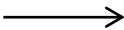











1. формирование мотивации на повышение спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов;
2. повышение уровня общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки;
3. повышение функциональных возможностей организма;
4. формирование навыка профессионального подхода к соблюдению режима тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания, выполнение плана индивидуальной подготовки;
5. стабильность демонстрации высоких спортивных результатов в официальных спортивных соревнованиях;
6. приобретение опыта спортивного судьи по виду спорта "гандбол";
7. знание антидопинговых правил; сохранение здоровья.

На этапе высшего спортивного мастерства:

1. сохранение мотивации на совершенствование спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов;
2. повышение уровня общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки;
3. повышение функциональных возможностей организма;
4. закрепление навыка профессионального подхода к соблюдению режима тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания,

Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки, но не более двух лет подряд.

Символы графической записи упражнений и схем.

	<i>перемещение игрока</i>
	<i>передача мяча</i>
	<i>ведение мяча</i>
	<i>бросок по воротам</i>
	<i>финт</i>
	<i>скрестное перемещение</i>
	<i>защитник</i>
	<i>нападающий</i>
	<i>блок</i>
	<i>заслон</i>
	<i>мяч</i>
	<i>стойка</i>

Перемещения.

Перемещения разыгрывающего игрока ничем не отличаются от аналогичного технического элемента, освещённого в разделе полусредних игроков. Существующий набор перемещений, отработанный на учебно-тренировочном этапе и дополненный в периоде совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства вполне соответствует требованиям, предъявляемым к игрокам этого амплуа.

Основным требованием, предъявляемым к выполнению данного технического элемента, является его применение на высокой скорости перемещения при проведении позиционной атаки. Касается это, естественно, заключительной её фазы. Значительную часть набора передвижений разыгрывающего занимают перемещения с использованием стопорящего шага, при чём в обе стороны. Использование этого элемента позволяет вести позиционную атаку на высокой скорости, что даёт ощутимое преимущество нападающим.

Одним из важнейших требований, предъявляемых к игре центрального, является умение того не «завязываться» в случае различных «прихватов». Достигается это за счёт своевременных перемещений. Чтобы избежать развития подобной ситуации, прежде всего, центральный не должен концентрировать внимание на игроке с мячом. Разыгрывающий должен «видеть поле». Следующим шагом, препятствующим «завязке», является смена направления движения с использованием стопорящего шага к игроку, владеющему мячом.

Достаточно сложной по своей структуре, является игра центрального при защите противника 3:3. 3:2:1. Здесь также используется применение стопорящего шага. В ходу применение схем: приведение за счёт перемещения своего защитника к игроку, владеющему мячом и освобождение на свободное место, а также ложное движение, показывающее на уход за спину своему защитнику с последующим рывком к игроку, владеющему мячом (см. «Подготовка юных гандболистов» Рис. 23,24).

Кроме приведённых выше примеров использования новых элементов перемещений в нападении центральный может применять и другие способы передвижений. Касается это, как его участия в контратаке, так и защитных перемещений.

Передачи и ловля мяча.

Передачи мяча разыгрывающего игрока и полусредних игроков идентичны и не расходятся с базовыми, излучавшимися на учебно-тренировочном этапе. Основным требованием, которое предъявляется к этому техническому элементу на заключительных этапах спортивной подготовки в исполнении центрального является скорость выполнения и точность. Разыгрывающий обязан отдавать своевременную, точную, удобную для ловли передачу из любых положений. При этом «завязка» нападающего не допустима (Фото 1).



Фото 1. Передача мяча разыгрывающим до «завязки».

Если передача центрального партнёрам выполняется в пояс или ниже, а также выше головы, то это требует от получающего пас дополнительной концентрации внимания на мяче, что не замедлит отрицательно сказаться на оценке ситуации игроком, а также на технике броска того по воротам если он примет такое решение. В случае дальнейшей передачи по цепочке затрудняется выполнение технических элементов другими участниками атаки. При получении мяча выше уровня головы единственный шанс исправить положение – это передать мяч дальше полукруговым дугообразным движением руки и кисти. Естественно, эта короткая передача мяча, не изучалась ранее, и её необходимо тренировать на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Кстати, подобный пас может быть на вооружении и у левого полусреднего при получении передачи от ближнего крайнего игрока.

При выполнении подобной передачи руки с мячом ни в коем случае не опускаются вниз. Данная передача мяча осуществляется при получении мяча слева, а сама передача выполняется направо. Выполнение данного требования повышает скорость игры, что незамедлительно скажется на результате. Более высокая скорость передачи достигается за счёт сокращения времени на подготовку исполнения технического элемента. (Фото 2).



Фото 2. Передача мяча вправо коротким круговым движением.

Немаловажную роль играет и способность разыгрывающего игрока ловить мяч в движении без зрительного контроля. Владеть этим навыком центральный должен как никто другой. Чем лучше он справится с этой задачей, тем больше времени у него останется на оценку игровой ситуации и выбор последующих после ловли мяча действий (передача мяча, бросок по воротам, взаимодействие с партнёром). (Фото 3).



Фото 3. Ловля мяча центральным на ходу без зрительного контроля.

Для тренировки этого важного элемента технической подготовки на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства применяются упражнения, как поточного метода, так и других методик совершенствования мастерства гандболиста. Главное, что необходимо соблюдать, это применение правила наличия большего количества мячей при отработке элемента в двойках, тройках, а также в командных упражнениях. Помимо этого, в недельном микроцикле необходимо предусмотреть тренировки для улучшения техники владения мячом. Возможно применение системы круговых тренировок, либо классического плана, либо поточно-кругового метода с включением в

задания упражнений, связанных с техникой передачи и ловли мяча, как без сопротивления, так и с его применением.

Броски по воротам и проходы.

Одной из многочисленных задач, стоящих перед разыгрывающим игроком, является своевременные и адекватные действия в случаях, когда защитники «прижимаются» к зоне и не выходят на нападающего. Игровая необходимость требует от центрального в этом случае применения броска по воротам, либо других активных действий с его участием. Во-первых, это центральная зона, откуда процент реализации броска по воротам значительно выше, чем из района, расположенного перед полусредними игроками. Во-вторых, возможно применение броска по воротам после финтов. В-третьих, возможны проходы к воротам, которые в случае не завершения могут трактоваться судьями, как нарушения с назначением штрафного броска. Как видно, набор преимуществ достаточен для того, чтобы тренировать завершение в центре. Одним из средств реализации атаки является классический бросок в прыжке (Фото 4).



Фото 4. Силовой бросок в прыжке центрального.

Бросок по воротам в центральной зоне требует от исполнителя:

- наличия мощного силового броска;
- умения обвести защитника и бросить в угол ворот, который он защищает (Фото 5).



Фото 5. Бросок по воротам разыгрывающего в прыжке с переводом.

Также возможно применение опорного броска по воротам, как прямого, так и переводного (Фото 6).



Фото 6. Опорный бросок по воротам центрального.

Весьма эффективно будет выглядеть в исполнении разыгрывающего при прижатой полуактивной защите финт-бросок под правую ногу, как сверху через плечо защитника, так и сбоку-снизу (Фото 7).



Фото 7. Финт-бросок разыгрывающего сбоку.

Если разыгрывающий владеет таким набором бросков, то защищающаяся команда обязана перестроиться и активизировать игру центральных защитников, либо сменить систему защиты.

Тренировать бросковую часть разыгрывающего игрока необходимо на специализированных тренировках, которые должны быть предусмотрены в недельных микроциклах. Касается это прежде всего подготовительного и специально-подготовительных периодов подготовки команды к сезону. Предсоревновательный период, где в основном отрабатываются групповые и командные действия в защите и нападении, а также соревновательный период, в котором преимущественно отрабатываются тактические действия в позиционном нападении, защите и контратаке меньше подходят для совершенствования бросковой оснащённости гандболиста. Однако, в переходном периоде шлифовка и доработка техники исполнения броска возможны.

Ещё одним серьёзным резервом для совершенствования техники броска являются самостоятельные индивидуальные тренировки, проведение которых возможно после окончания основного тренировочного занятия. Проводятся они также под руководством тренерского состава команды. Естественно, эффект от тренировки будет ниже, чем от проведения специализированных занятий ввиду усталости спортсменов, однако, польза всё-таки будет. Дополнительные тренировки желательно совмещать с занятиями, где отрабатываются преимущественно тактические задания. По длительности проведения самостоятельное тренировочное занятие не должно превышать получаса.

Бросковые тренировки не отличаются от общепринятых занятий для совершенствования технической подготовки. Отработка бросков ведётся по тем же методическим принципам, что и совершенствование других технических элементов. Прежде всего, это следование принципу – от простого к сложному. В начале броски совершенствуются без сопротивления, затем с пассивным и в последнюю очередь с активным, моделирующим ту или иную игровую ситуацию.

Броски при проведении специализированной тренировки рекомендуется выполнять серийно, по пять – семь повторений с режимом отдыха перед следующей серией. По своей направленности бросковая тренировка является скоростно – силовой, поэтому режим тренировочной работы и отдыха должен быть соответствующим. За одну тренировку спортсмен должен выполнить, как минимум, 60-70 бросков. Совершенствование бросковой подготовки проводится при 70-80% максимального усилия.

Особое внимание тренерский состав групп спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства должен обратить на спортсменов, которые по каким-то причинам усвоили неправильную технику какого-либо броска. Неправильный двигательный навык, если он ещё не является стойким «лечится» многократным повторением выполнения элемента в условиях отсутствия активного сопротивления. Ни в коем случае не стоит торопиться и переходить на следующую ступень совершенствования бросковой техники. Только после того, как навык правильной техники усвоен возможно применение следующего этапа совершенствования броска.

Визитной карточкой технически оснащённого центрального является умение выполнить проход к воротам противника, если игровая ситуация этого требует (Фото 8).



Фото 8. Проход к воротам разыгрывающего игрока.

Естественно, что выполнить это техническое действие в условиях насыщенной обороны, когда в центральной зоне защищаются мощные защитники не просто (Фото 9).



Фото 9. Попытка прохода к воротам.

Однако, существующая ныне система защиты 6:0, при применении которой впереди играют два выдвинутых вперёд защитника, которые опекают полусредних соперника открывает возможности для проходов к воротам между вторыми и центральными защитниками. Вторые игроки обороны, как правило, не являются высокорослыми и мощными в силу того, что необходимо иметь высокий уровень подвижности. Зачастую тренеры используют в этой роли крайних игроков, особенно на месте защитника, который противостоит правому полусреднему нападению.

Проходы к воротам разыгрывающего игрока при уходе в неудобную сторону встречаются несколько реже. Связано это с тем обстоятельством, что для прохода, предварительно, нападающему необходимо выполнить отвлекающие действия в виде ложного движения на передачу мяча. При движении в неудобную сторону второй защитник, помогающий центральному, перекрывает возможную передачу рукой и может сойтись с центральным, блокируя проход разыгрывающего. Ввиду менее результативного действия прагматичные игроки применяют данный технический приём реже.

Правые же полусредние левши большинства команд уступают по антропометрическим характеристикам левым полусредним. Поэтому тренеры команд не опасаются располагать на месте второго защитника, противодействующего нападающему, невысоких игроков. В результате, это место зонной защиты между вторым и центральным защитниками является лакомым кусочком для игры разыгрывающего, поскольку подавляющее

большинство центральных – правши, для которых уход под рабочую руку удобен (Фото 10).



Фото 10. Проход к воротам разыгрывающего между вторым и центральным защитниками.

Подводя итог, можно с уверенностью сказать, что разыгрывающий обязан владеть всеми техническими элементами, как бросковой подготовки, так и проходами к воротам соперника. Только такая игра будет полезной команде в плане результативного нападения.

Финты.

Центральные игроки, можно сказать самые обыгрывающие из всех гандболистов. Пальму первенства они перехватили у крайних, которые на современном этапе развития гандбола в большинстве случаев ограничиваются расположением на позиции в углу площадки и ожиданием «стяжки» с последующим завершением позиционной атаки. Раньше большинство командных действий в нападении начинались со «стяжки», которую выполняли крайние, что заставляло их применять финты.

В немалой степени предпосылками для выполнения финтов центральными является активизация защитных действий в позиционной обороне большинства гандбольных команд. Ведь в настоящее время даже пассивный вариант позиционной защиты 6:0 не выглядит мало подвижной тяжеловесной системой

обороны. Чего уж говорить о других полуактивных и активных системах, требующих от игроков задней линии нападения мобильности и умения, как играть без мяча, так и применять финты и проходы к воротам при смещении зонной защиты в сторону полусредних игроков.

Подавляющее большинство финтов, которые совершенствуются на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства изучено на учебно-тренировочном этапе, и задача здесь состоит в том, чтобы должным образом их совершенствовать. Однако, часть из них нуждается в дооснащении некоторыми тонкостями и применяются в играх с учётом этого фактора.

Прежде всего, нужно обратить внимание на то, что все без исключения финты необходимо применять после приёма мяча в движении на ворота противника. И не только принимать мяч «на ходу», но и выбирать место получения его против разрыва игроков защиты, которое предполагает возможность взятия ворот. Безусловно, что бросковая часть, в случае использования голевой ситуации, будет осуществлена при дефиците времени (Фото 11).



Фото 11. Приём мяча разыгрывающим на ходу и выбор места для атаки или финта.

Ещё одним неперенным требованием, выполнение которого предшествует успешному применению технических приёмов, как броска, так и финта является приём мяча с частичным зрительным контролем, что позволяет своевременно оценить игровую ситуацию. Именно, благодаря применению таких подготовительных действий, доведённых до автоматизма, и возможна успешная

игра центрального в заключительной фазе позиционной атаки, если она диктует применить завершение.

Основными предпосылками, требующими применения финтов против позиционной защиты 6:0, является возможность дальнейшего прохода или выполнения броска, как при уходе под рабочую руку», который является преобладающим в игре центрального (Фото 12).



Фото 12. Бросок по воротам после финта под рабочую руку.

Так и при уходе «под себя», после которого применяется в основном проход к воротам, ввиду минимальной возможности применения броска (Рис. 13).



Рис. 13. Проход к воротам после финта «под себя» за счёт стопорящего шага.

При применении финтов в центре используются, как обыгрыш после смены направления движения за счёт стопорящего шага, так и после остановки прыжком (Фото 14).



Фото 14. Финт «под себя» в центре после остановки прыжком.

Финт «под себя» разыгрывающего менее результативен, чем уход под рабочую руку, поэтому применяется центральными реже. Одним из факторов, препятствующих его активному применению может явиться грамотная игра правого крайнего защитника команды противника, который при глубокой атаке нападающего смещается к центру и может перехватить передачу мяча от разыгрывающего левому полусреднему. Кроме этого, выполнить бросок по воротам при уходе в левую сторону труднее, так как необходим дополнительный разворот на опорной ноге после перемещения.

Ещё одним фактором, влияющим на не частое применение финта «под себя» является то обстоятельство, что рабочая рука вместе с находящимся в ней мячом находится близко от противодействующего защитника, который, естественно, стремится её «завязать». В результате центральному приходится отдавать мяч полусреднему раньше, чтобы не потерять его, или и того хуже перекладывать мяч в не бросковую левую руку. Подобное происходит и при смене мест разыгрывающего и левого полусреднего. Оба приёма значительно снижают качество «стяжки» и, соответственно, возможность продуктивной атаки левым полусредним или крайним игроком (Фото 15).



Фото 15. Финт «под себя» центрального игрока.

При противодействии защите 5:1, 3:2:1 или же 3:3 игра центрального игрока несколько видоизменяется. На первое место выходит не только его способность применять финты при получении мяча, но и борьба за право получить мяч, то есть «игра без мяча». Применяется здесь два приёма: увод своего защитника от мяча угрозой открывания ему за спину, а затем перемещение к мячу с целью его получения или приведение опекающего к игроку с мячом, а затем освобождение на свободное место. Оба приёма освещены в книге «Подготовка юных гандболистов».

На этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства тренируется совокупное применение двух технических приёмов, а именно конструкции: игра «без мяча» - финты с применением единоборства с защитником. Применяются финты, как с уходом под рабочую руку, так и «под себя». Технически возможно выполнение финтов, как после остановки прыжком, так и с применением остановки за счёт стопорящего шага. Использование подобных конструкций разыгрывающими игроками оправдано поскольку центральная зона является наиболее удобной для осуществления «стяжки» в одну или другую сторону с последующей реализацией достигнутого за счёт финтов преимущества.

Безусловно, подобная работа является энергозатратной и требует от центрального высоко уровня физической подготовки. Моделирование подобной игры на тренировках необходимо вести серийно, пользуясь интервальным методом, добиваясь высоких показателей в области скоростной выносливости и скоростно-силовой работы.

В играх же при применении соперником активных систем защиты тренеру необходимо вовремя менять уставшего игрока. Для продолжения тактической схемы игры в нападении связанной с обыгрышами переднего центрального защитника в команде должен быть, как минимум, ещё один игрок, владеющий навыками финтов и продолжения атаки в случае успешного их применения. Как правило, это невысокие, мобильные игроки, достаточно быстрые и подвижные. Не зря ведущие команды Мирового и Европейского гандбола комплектуются, как высокими центральными игроками, так и игроками среднего роста, но быстрыми и подвижными.

В общем же, если подвести итог, можно с уверенностью сказать, что финты являются визитной карточкой разыгрывающего игрока и умение их применять характеризует игроков данного амплуа.

Заслоны.

Заслон - ещё один технический элемент гандбола, которым должен владеть центральный игрок. Поскольку разыгрывающий в силу своих должностных обязанностей не только организатор позиционных атак и их исполнитель, но и конструктивный помощник полусредних и крайних, он должен владеть техникой как боковых, так и внутренних заслонов. Применение заслонов согласно тактики командной игры в нападении находит применение, как при розыгрыше коротких связок, так и, как составляющая более крупных групповых взаимодействий. Примером одного из групповых взаимодействий с участием центрального игрока служит короткая связка центральный-полусредний (схема 1).

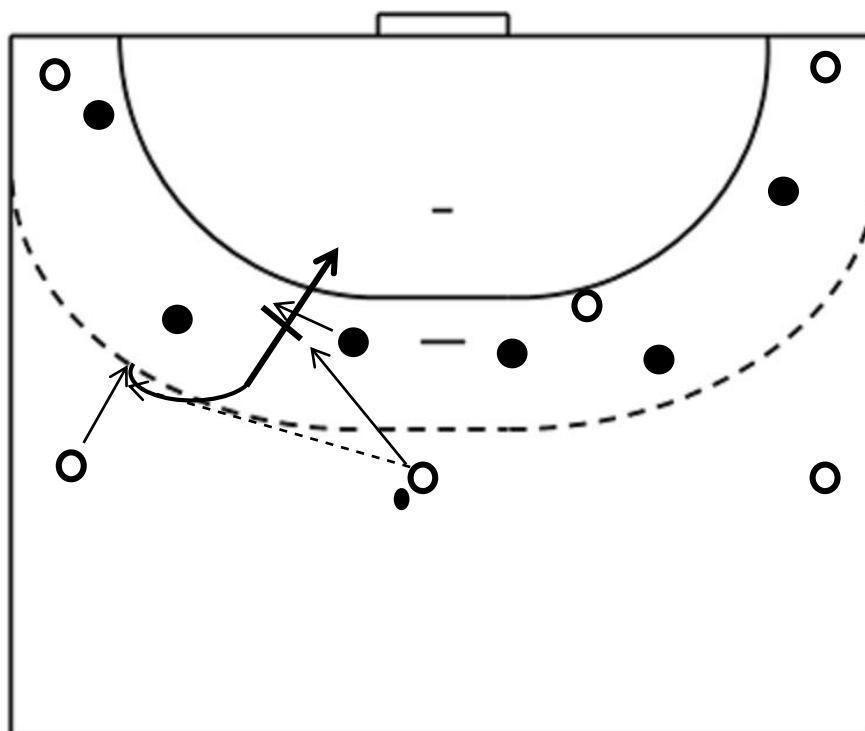


Схема 1. Взаимодействие разыгрывающий – полусредний.

Ещё одним примером взаимодействия, при котором центральный применяет заслон является вход разыгрывающего под крайнего игрока (Схема 2).

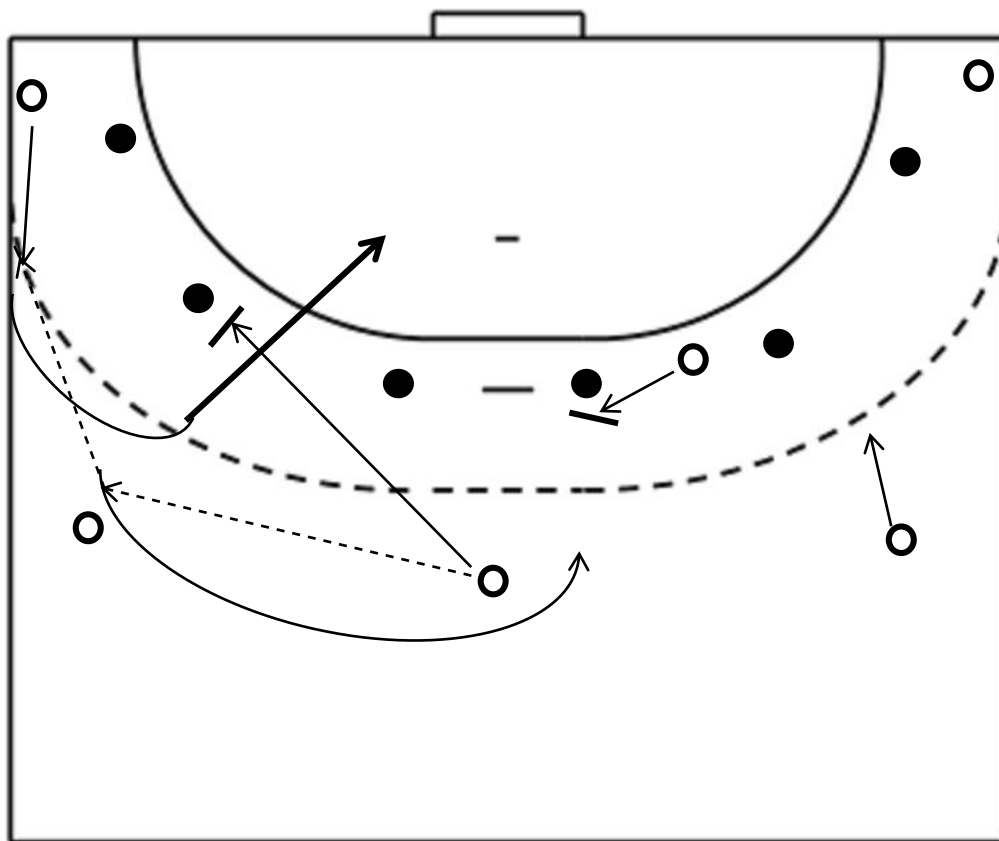


Схема 2. Вход разыгрывающего под крайнего игрока.

С целью совершенствования техники заслона разыгрывающих игроков на специализированных тренировках необходимо объединять с линейными игроками, также обязательным является совершенствование бросков с линии в исполнении центральных.

Индивидуальная, групповая и командная игра в защите центрального игрока.

Индивидуальная тактика.

Центральные игроки при участии в обороне своих ворот и применении пассивной и активной форм, как 6:0, так и 5:1 располагаются на позициях вторых или крайних защитников. Индивидуальная тактика игры гандболистов, располагающихся на этих позициях подробно освещена в соответствующем разделе в книге «Подготовка юных гандболистов».

Групповая тактика.

Если говорить о групповой и командной игре в защите, то здесь нужно сказать, что вклад центральных в общие усилия с целью недопущения лёгкого взятия ворот довольно таки значителен. При расположении центрального на позиции второго защитника, либо крайнего в случае замены крайнего нападающего при возврате в защиту на штатного центрального специалиста обороны (защита 6:0) возможны варианты тактических перестроений, которые помогают сыграть активно и агрессивно и заставить нападающих играть по правилам обороняющихся. Возможно применение двух схем групповых взаимодействий игры в защите. Один из двух вариантов – «прихват» разыгрывающего команды противника (Схема 3).

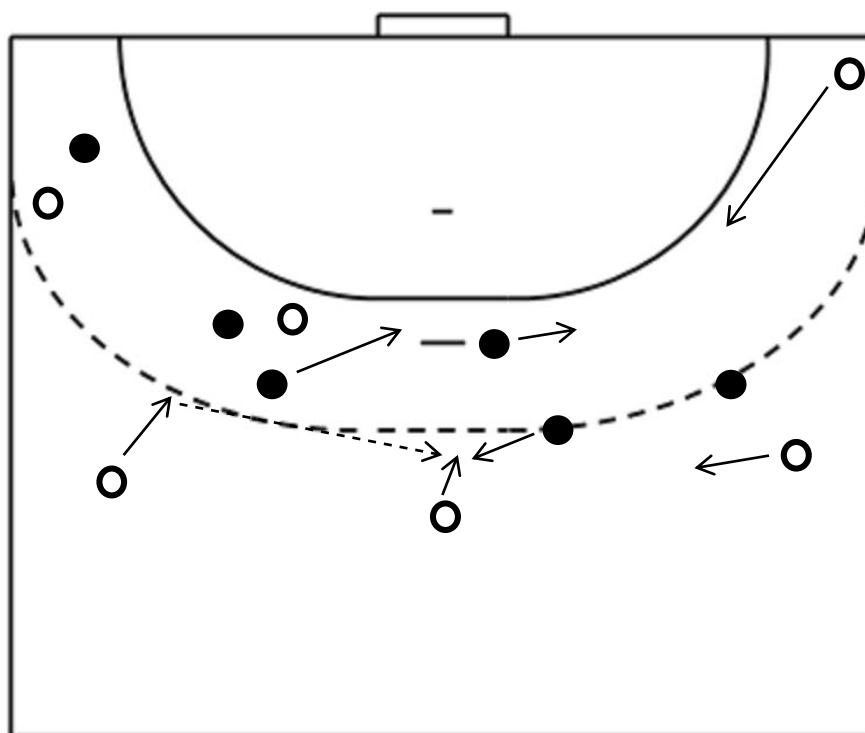


Схема 3. «Прихват» разыгрывающего и полусреднего команды-противника.

При выполнении данной схемы второй и крайний защитники, действуя синхронно, «прихватывают» разыгрывающего и полусреднего команды-противника в момент передачи мяча от левого полусреднего. Поскольку большинство центральных игроков нападения – правши, для них удобным является перемещение слева – направо, что и учитывается при выборе тактики «прихвата» в защите. Естественно, второй защитник старается «завязать» разыгрывающего команды противника в момент приёма мяча, то есть в тот момент, когда у нападающего нет выбора технических действий. Центральный защитник, расположенный рядом с вышедшими вперёд игроками должен расположиться таким образом, чтобы исключить возможность передачи мяча разыгрывающего соперника вошедшему крайнему, поскольку вероятность такой

существует. При смещении левого полусреднего нападения в центр и длинной передаче правому крайнему игроки защиты обязаны вернуться на свои места.

Ещё один вариант «прихвата» разыгрывающего игрока заключается в том, что половина группового взаимодействия в защите, а именно, противодействие центральному вторым игроком обороны остаётся в силе, но видоизменяется игра крайнего защитника. При использовании этого варианта крайний защитник обозначает «прихват» правого полусреднего нападения, заставляя того смещаться к центру, а затем переключается на опеку своего игрока (правого крайнего). Противодействует правому полусреднему нападению ближний центральный защитник, который смещается на позицию второго защитника (Схема 4).

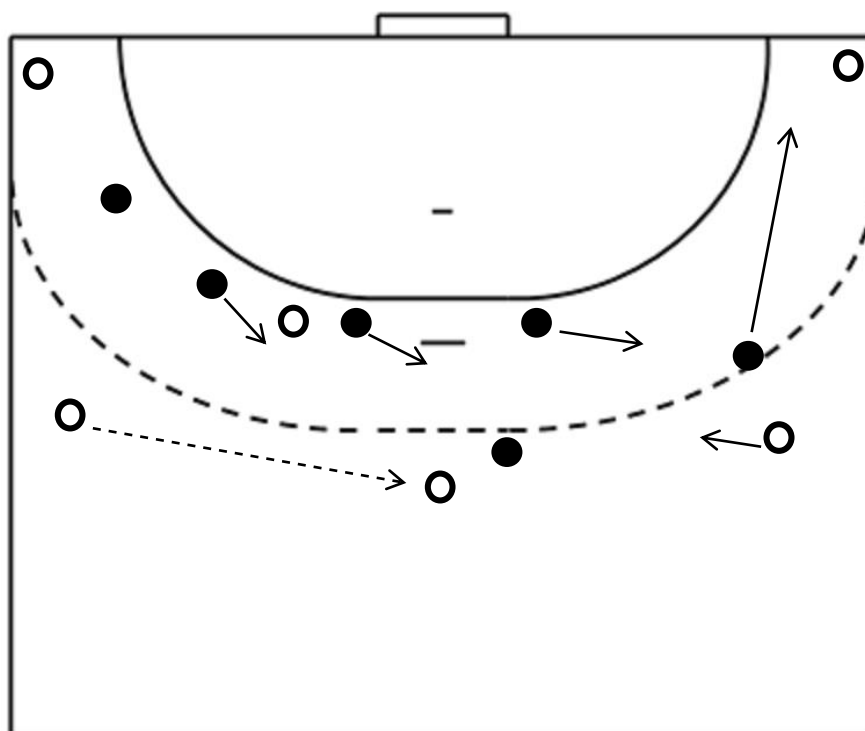


Схема 4. «Прихват» разыгрывающего команды-противника.

Второй вариант несколько сложнее, поскольку требует синхронного взаимодействия трёх игроков защиты, но ценность его заключается в том, что крайний нападающий не получает той свободы, которая свойственна первому варианту.

Основой игры в защите при «прихватах» является правило, при котором перемещение линейного игрока под правого полусреднего своей команды либо его нахождение на этой позиции не предполагает использование представленных вариантов защитных действий.

Применение «прихватов» с другой стороны будет менее эффективно в связи с тем, что правая рука нападающего при попытке «завязки» может быть свободна и существует возможность передачи мяча полусреднему, либо вошедшему в

линию крайнему. В первом случае это позволяет нападающим забивать лёгкие мячи, так как при получении мяча полусредним атакующие разыгрывают одного защитника, а при получении мяча вошедшим в линию крайним вообще реализуется голевая игровая ситуация.

Командная тактика защиты.

Разыгрывающие игроки в защите очень редко располагаются на позиции центрального игрока. Связано это с нехваткой ростовых данных. Высокий рост и высокая подвижность гандболистов редко взаимосвязаны, а тренеры различных команд при комплектовании отдают предпочтение подвижным центральным. Командная тактика защиты при участии разыгрывающего который, как правило, располагается в защите на позициях второго защитника, либо крайнего, достаточно подробно освещена в разделах «Техника и тактика игры крайних игроков на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства», а также «Совершенствование игры полусредних на заключительных этапах спортивной подготовки», поэтому нет смысла подробно останавливаться на описании командных защитных действий.

Индивидуальная, групповая и командная игра в нападении разыгрывающего.

Индивидуальная тактика.

Индивидуальная тактика нападения подразумевает под собой выбор места разыгрывающим в зависимости от нахождения мяча. Однако, на это место необходимо прийти, вернее будет сказать, переместиться и выбрать правильное месторасположение, которое соответствует тактике нападения команды. Здесь необходимо остановиться на индивидуальной тактике центрального при позиционной атаке против команд, применяющих различные системы защиты.

Если команда соперника применяет классическую систему защиты 6:0, вариант пассивный, то данная схема является самой простой для выбора места разыгрывающим. При получении мяча левым полусредним нападения разыгрывающий перемещается на позицию против дальней штанги ворот соперника. Точно так же зеркально центральный располагается при получении мяча правым полусредним своей команды. Нет нужды упоминать, что, перемещаясь на точку, соответствующую выбранному месту разыгрывающий обязан ловить мяч «на ходу» и желательнее не концентрировать внимание на мяче, а поймать его с частичной концентрацией. Данная схема игры разыгрывающего является самой распространённой и применяется при «раскачке» зоны командами среднего уровня. На примере детских команд, это игроки тренировочного этапа и начало игры групп спортивного

совершенствования. Данный вариант перемещения, разыгрывающего получил название «от мяча» (Схема 5).

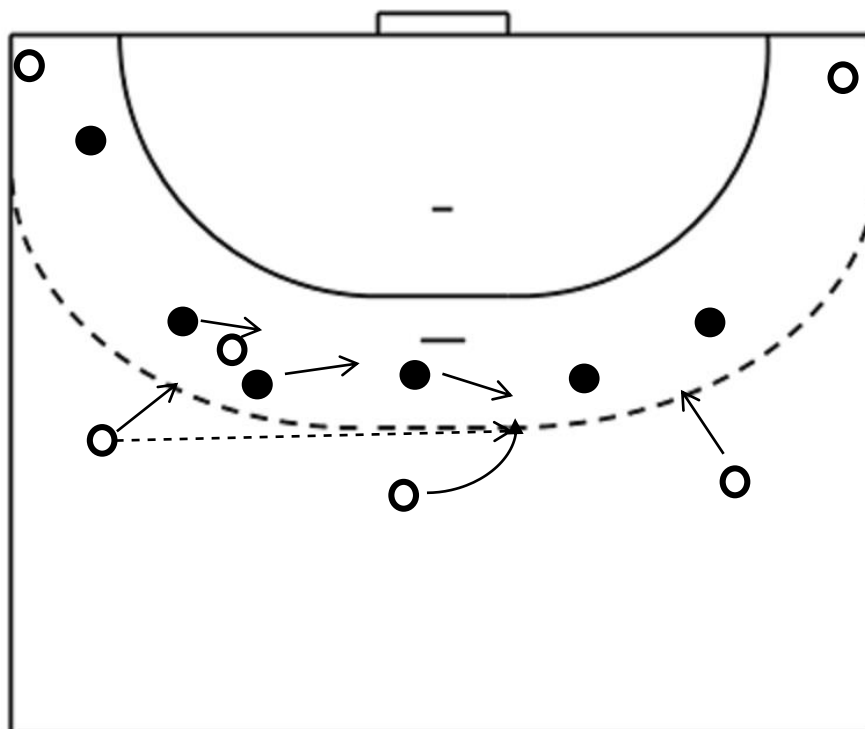


Схема 5. Перемещение центрального «от мяча».

Существует и вариант перемещения центрального «к мячу» (Схема 6).

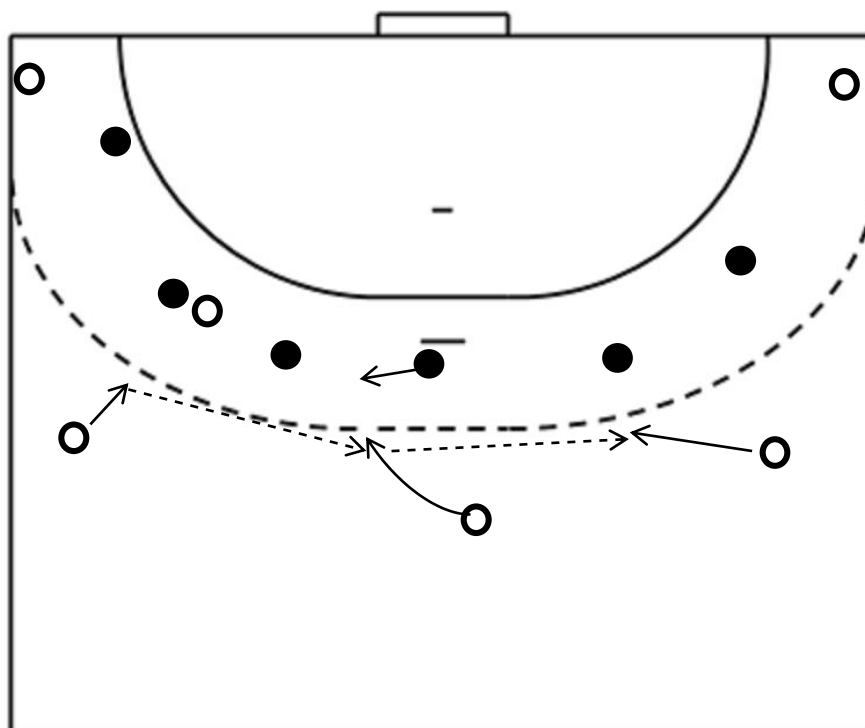


Схема 6. Перемещение центрального «к мячу».

Оба варианта перемещений находят широкое применение в игре центрального игрока. Первый вариант используется при:

- «стяжке»;
- взаимодействии центрального с линейным при его расположении между вторым и третьим защитниками справа (бросок по отсечке);
- при обратной передаче левому полусреднему.

Второй вариант:

- при использовании «обратной стяжки»;
- при расположении линейного слева создаёт условия для игры правого полусреднего и крайнего игроков в соотношении 2х2 на большом участке площадки;
- делает невозможным игру с «прихватом» разыгрывающего игрока командой соперника.

Таким образом, при грамотном использовании возможностей индивидуальной тактики разыгрывающего команда получает достаточно большое количество взаимодействий в позиционной атаке.

Групповая тактика позиционной атаки.

Групповая тактика позиционной атаки при участии центрального игрока подразумевает коллективные взаимодействия в двойках, тройках, четвёрках. И во всех этих сочетаниях разыгрывающий без сомнения является центральной фигурой. В начале необходимо остановиться на связи разыгрывающего и других игроков команды, то есть на парных связях. Часть из них освещена выше в разделе заслонов разыгрывающего (см. Схемы 1 и 2). Взаимодействие с линейным игроком может разыгрываться, как в центре (Фото 16),



Фото 16. Взаимодействие центральный – линейный.

так и на месте полусредних игроков в случае размена позиций (Фото 17).



Фото 17. Взаимодействие центральный – линейный.

При выполнении связки, линейным может применяться, как заслон с продолжением движения под мяч, так и открывание вдоль зоны.

Ещё одно взаимодействие центрального с полусредним осуществляется, как «перекидка мяча» при скрестном перемещении (Схема 7).

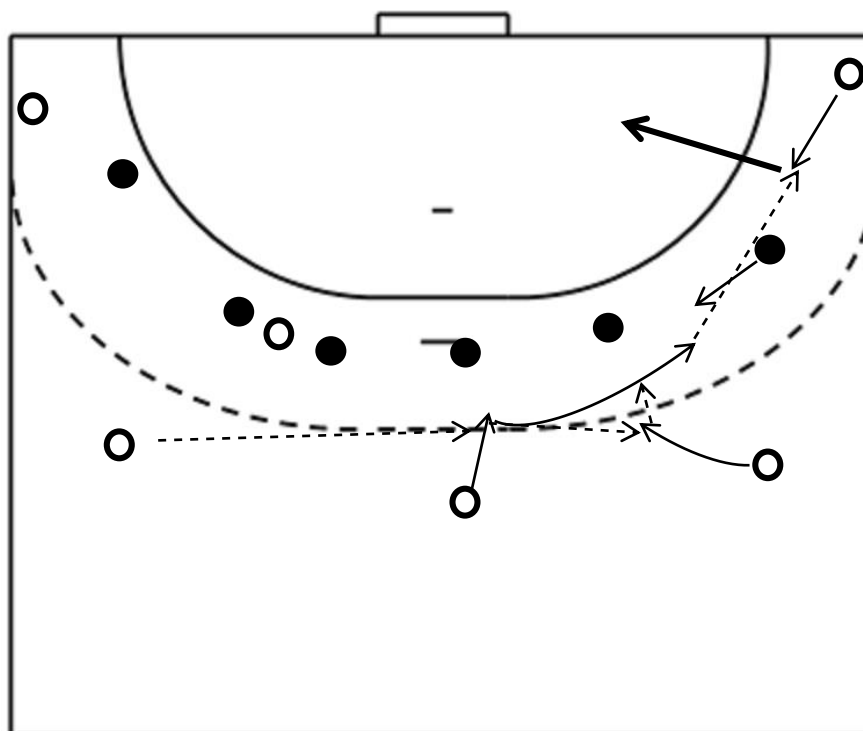


Схема 7. Скрестное перемещение центрального и правого полусреднего.

Групповое взаимодействие игроков нападения в тройках с участием центрального игрока предполагает использование, как параллельных схем, так и вертикальных связей. Простейшей связкой, излучавшейся ранее, но, тем не менее, подверженной шлифовке на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства является «стяжка» в исполнении левого и правого полусредних и разыгрывающего. И основное внимание при тренировке этого элемента групповой тактики необходимо уделить применению финтов с использованием стопорящего шага. Точно также, «стяжка» совершенствуется в сочетании крайний игрок – полусредний – центральный.

27

При применении командой соперника системы защиты 5:1 с неактивным передним центральным игроком применяется «двойка» в центре с обратной передачей мяча полусреднему (Схема 9).

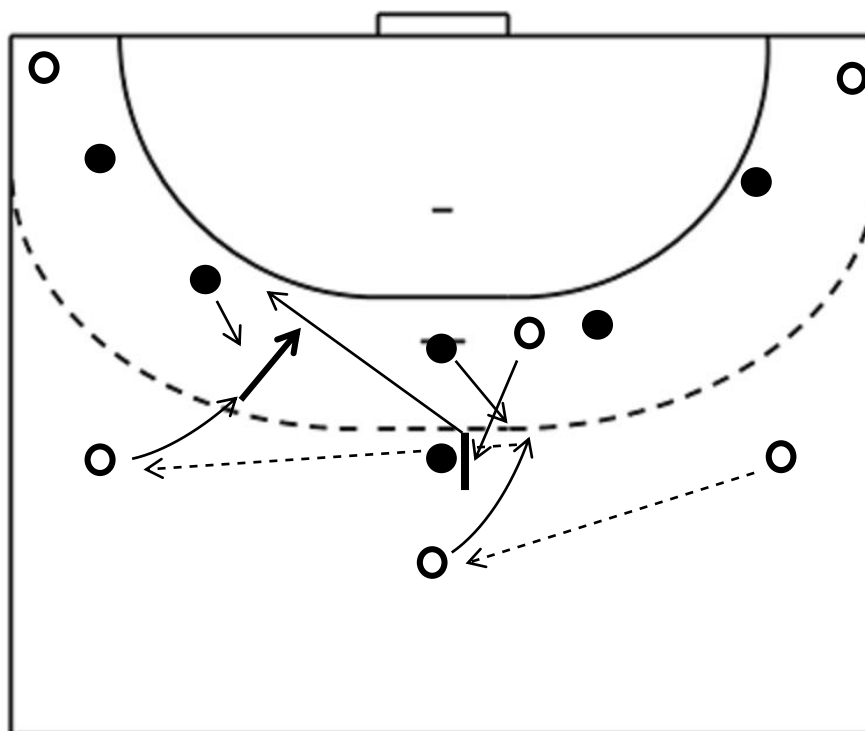


Схема 9.

Представленная выше схема взаимодействий трёх игроков не обязательно заканчивается броском полусреднего. Реальным продолжением является передача мяча линейному игроку, который либо сам завершает атаку, либо продолжает её передачей крайнему нападающему. Таким образом связь трёх игроков поддержанная «стяжкой» превращается в командное взаимодействие. Данная схема будет применима и при позиционной защите 3:3. Естественно, при использовании защитниками схемы 3:2:1 связка трёх игроков полусреднего, центрального и линейного не применяется в связи с игрой далеко выдвинутого вперёд центрального переднего защитника. При получении мяча центральным нападающим передний защитник плотно опекает разыгрывающего и не даёт возможности поставить заслон ввиду большого расстояния от зоны вратаря, где традиционно располагается линейный игрок. В результате подобной тактики защиты разыгрывающий в случае надобности играет по схеме «к мячу» и является связующим звеном между двумя полусредними.

Ещё одной схемой нападения, которую можно назвать «классической», применяемой при использовании защитной схемы 5:1 с неактивным передним центральным игроком, при участии разыгрывающего игрока является вход центрального под полусреднего (Схема 10).

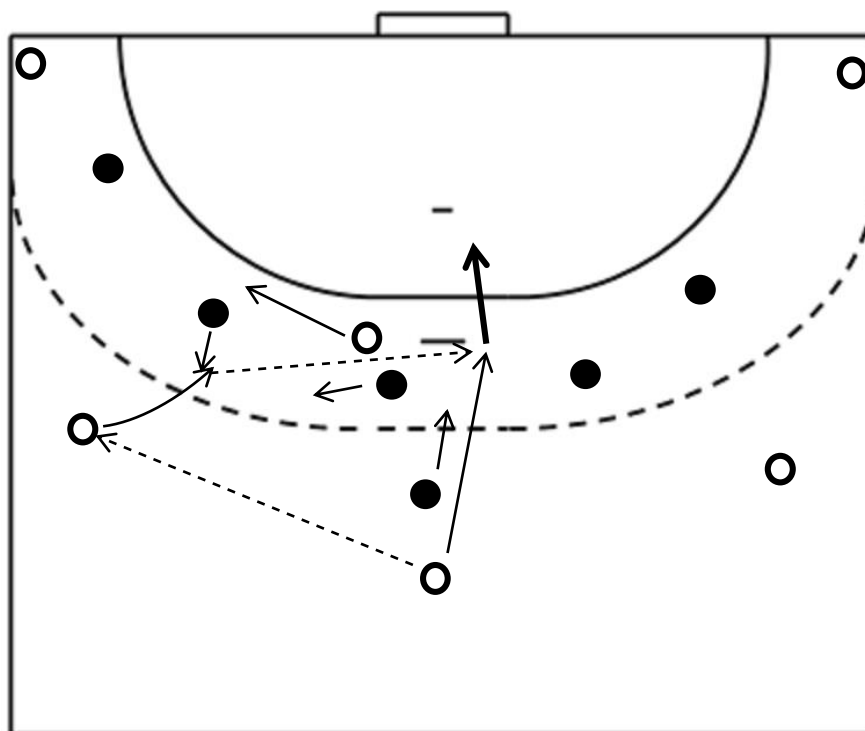


Схема 10. Вход разыгрывающего под полусреднего.

Применяя на практике тактику игры в нападении в четвёрках, и добавляя короткие продолжения тренеры трансформируют групповые взаимодействия в командную тактику игры. Взаимодействия в четвёрках представляют собой участие в процессе центрального состава команды: разыгрывающего, двух полусредних и линейного игроков, или же мини-команду с привлечением одного из фланговых игроков: центрального, полусреднего, линейного и крайнего. Как правило, во всех взаимодействиях четвёрки присутствуют в начальной части связи в двойках и тройках, являющихся базовыми элементами тактики игры в нападении. Любые взаимодействия в крупных группах, а именно таковыми являются связи в четвёрках должны начинаться с «раскачки» зоны, то есть со «стяжки». Применение предварительных действий подобной направленности не даёт возможности защите концентрировать свои усилия по разрушению взаимодействий на финальной стадии, где, собственно говоря и применяется групповое тактическое действие.

Часть групповых связей для игроков задней линии и линейного освещались ранее. Интерес представляет собой связка двух групповых тактических взаимодействий (см. «Совершенствование игры полусредних на заключительных этапах спортивной подготовки» Схема 5.). Так же возможно будет интересным продолжение тактической схемы в случае невыхода вперёд на полусреднего центрального защитника. В обоих связках взаимодействие выполняется в четвёрках (Схема 11).

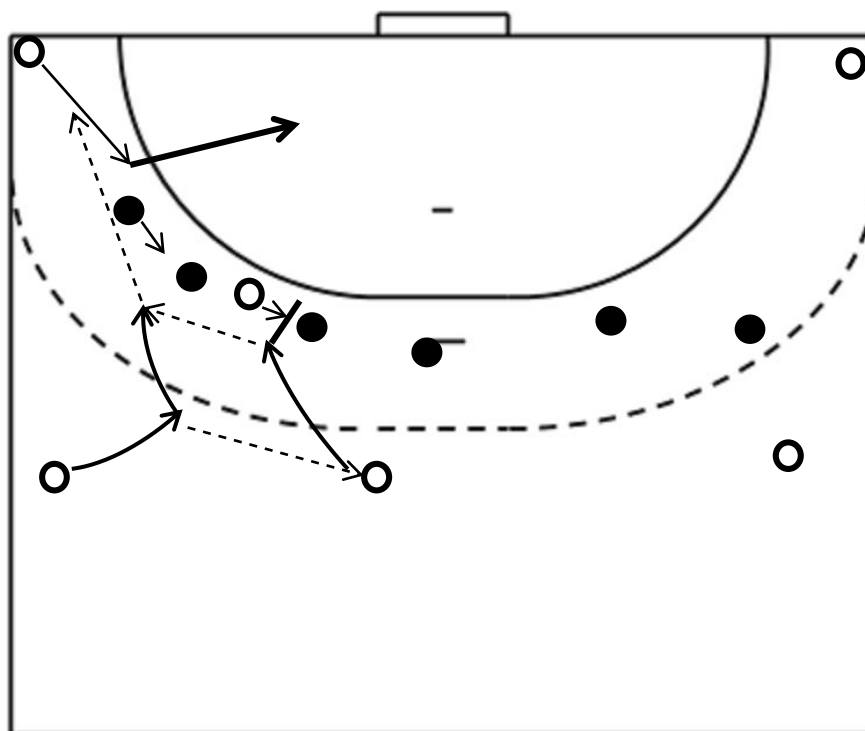


Схема 11. Вход центрального игрока под заслон.

Ещё одним примером взаимодействия четырёх нападающих при организационном участии центрального является размен позиций игроков задней линии (Схема 12).

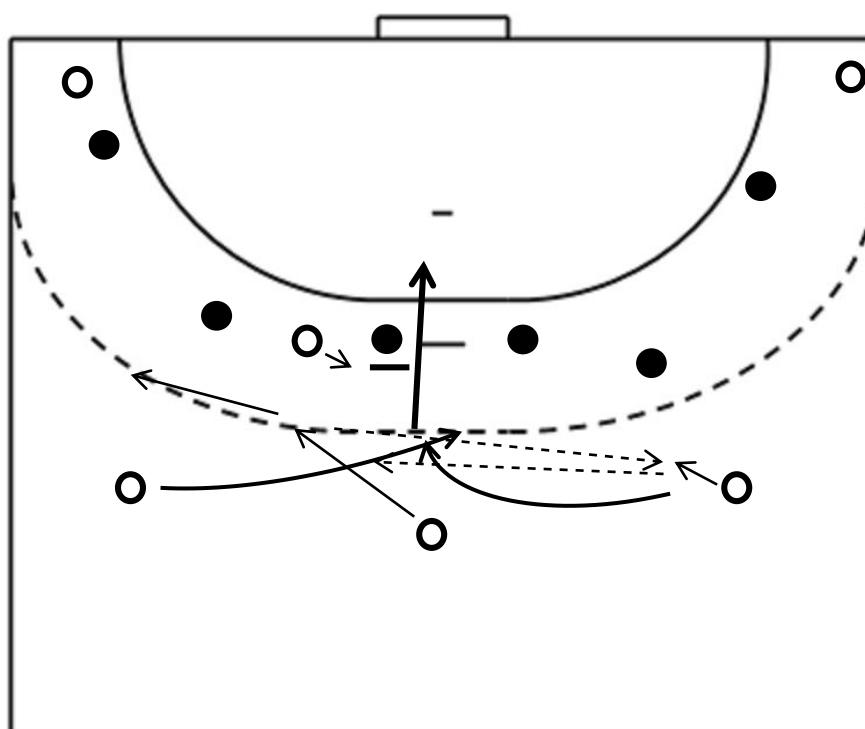


Схема 12. Смена позиций игроков задней линии.

Если центральный защитник освобождается от заслона и успевает выйти на бьющего продолжение взаимодействия ведётся через передачу разыгрывающему, который либо передаёт мяч линейному, либо заканчивает связку «стяжкой».

Командная тактика игры в нападении.

Руководить выполнением тактических схем командой в позиционном нападении - очень сложная задача. Выполнение этой задачи входит в обязанности центрального. Прежде всего при руководстве командными действиями в нападении разыгрывающий игрок должен проверить расстановку игроков, участвующих в реализации игровой схемы. Особенно это касается месторасположения линейного игрока. Затем центральный информирует игроков команды какая схема будет играть. Для этого существует определённая связь. Информация передаётся либо голосом, либо с помощью различных жестов, либо и то и другое вместе. Главное, чтобы все игроки команды нападения знали какая связка, играет. Проводится розыгрыш взаимодействий на высокой скорости исполнения, и задержка выполнения какой-либо составной части негативно сказывается на конечном результате, так как позволяет защитникам разрушить задуманное и не дать воплотить в дело запланированное.

Как правило, командная игра в нападении включает в себя несколько связок, которые играют в определённой последовательности. Отработка взаимодействий в связках, их детализация проводится на тренировках. Таким образом закладывается программа действий как игроков в отдельности, так и команды в целом, добиваясь главного, сыгранности игроков и возможности играть на опережение в нападении.

Играть в нападении на высокой скорости возможно только в случае, если техническая подготовка игроков находится на должном уровне и позволяет атакующим реализовать задуманное. Нельзя не остановиться на технике передачи и ловли мяча. Передача должна вестись на рабочую руку партнёра, быть сильной, но удобной для ловли, а сама ловля подразумевает под собой частичный контроль за полётом мяча и возможность оценки игровой ситуации, сложившейся на данный момент.

Нельзя не остановиться на требовании, предъявляемом всем игрокам нападения, а именно, ловить мяч в движении. Существует кратковременный периода времени, следующий сразу за завершением контратаки, если её не удаётся завершить, когда нападающие могут себе позволить получение мяча на месте и передачи мяча средней силы. Следующее действие, «раскачка» зоны и исполнение непосредственной тактической схемы ведётся при перемещении игроков на высокой скорости и, соответственно, возрастает скорость передачи мяча.

Только безусловное выполнение всех вышеперечисленных требований позволит продуктивно вести позиционную атаку.

Командной тактикой игры в нападении может считаться любая форма групповых взаимодействий, если она поддержана «стяжкой». Однако, существуют и длинные связки нескольких игроков нападения, которые могут приносить желаемый результат. Одна из них – вход крайнего с синхронной сменой позиций игроков задней линии (Схема 13).

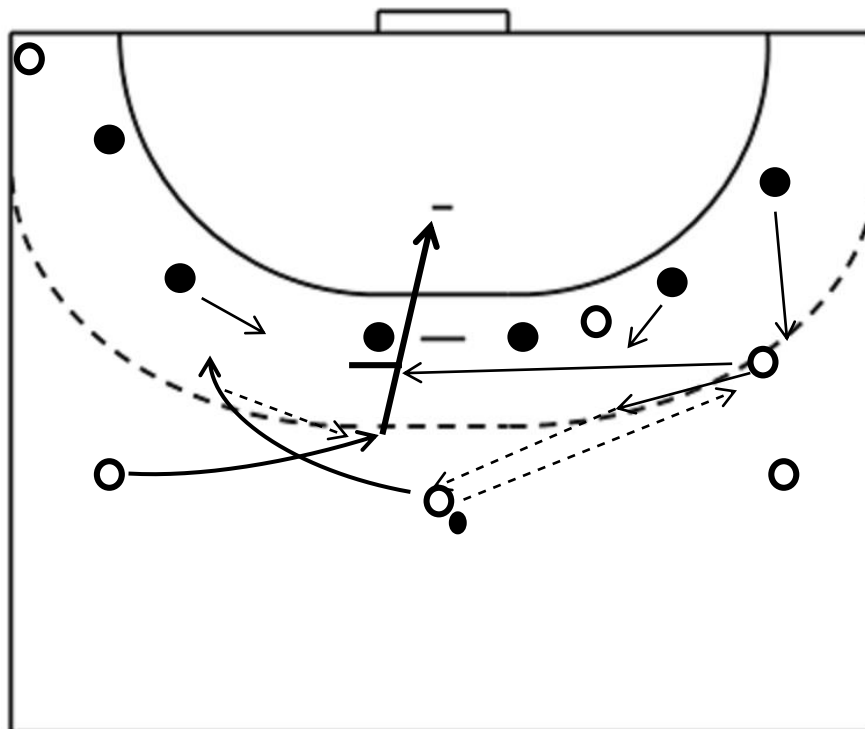


Схема 13. Синхронная игра центрального и входящего крайнего.

При выполнении данной схемы возможен бросок по двойному заслону, либо продолжение:

- связанное с обратной передачей разыгрывающему и доводкой «стяжки» до левого крайнего;
- передача мяча от входящего крайнего полусреднему игроку и затем внутренний заслон центральному защитнику;
- подключение правого полусреднего и скрест левого и правого полусредних;
- начало «стяжки» справа с игрой «на столба» линейного игрока;
- продолжить «стяжку» до получения мяча разыгрывающим, оказавшимся на позиции левого полусреднего, который может передать мяч вошедшему крайнему игроку.

Данную схему возможно использовать несколько в видоизменённом варианте. Суть позиционной атаки не меняется, но её проведение проходит на более высокой скорости. При применении этого взаимодействия игроки задней линии меняются позициями, используя перемещения с применением угрозы броска по воротам и одновременно входит крайний игрок, который помогает

игрокам задней линии заслоном, а затем перемещается в определённое командной тактикой местоположение (Схема 14).

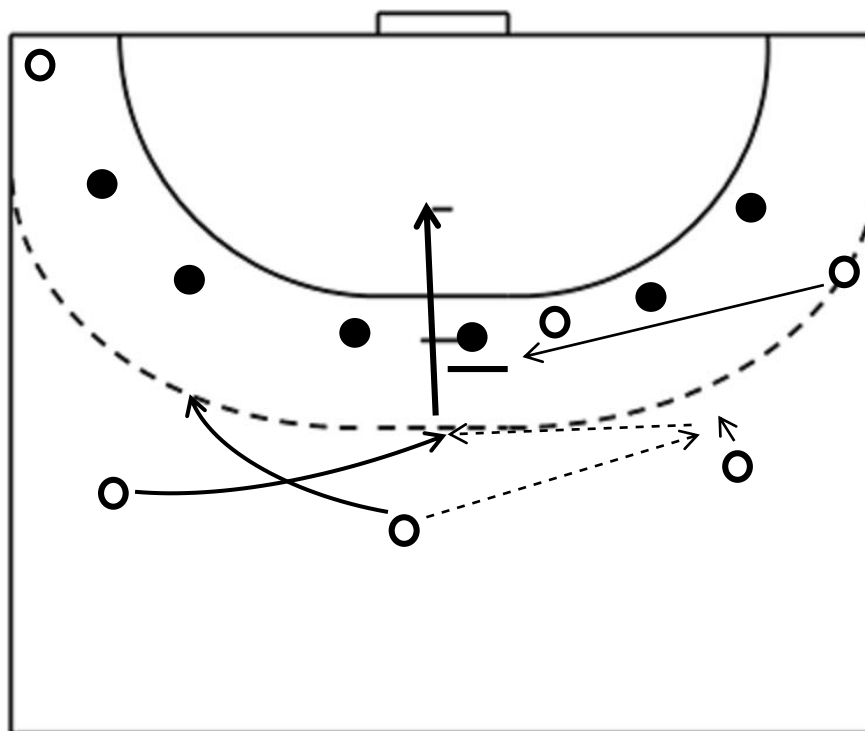


Схема 14. Смена мест игроков задней линии и вход крайнего.

Обе представленные выше тактические схемы являются совокупностью двух или нескольких групповых взаимодействий. Ещё одна схема, где сочетаются несколько связок публиковалась в работе «Совершенствование игры полусредних на заключительных этапах спортивной подготовки», Схема 5.

Ценность применения нескольких связок в одной тактической схеме трудно недооценить. Прежде всего в игру команды закладывается чёткая программа действий, где каждый игрок любого амплуа знает свои задачи, которые необходимо решать в том или ином случае. Говоря словами знаменитого полководца Суворова «каждый солдат должен знать свой манёвр». Исходя из этого и момент завершения атакующих действий команды детализирован и понятен всем действующим лицам, и соответственно не является спонтанным и надуманным. Командная игра в нападении при использовании комплекса связок будет вестись на высокой скорости, что очень немаловажно, так как атаковать необходимо, опережая действия защитников. Именно применение нескольких групповых взаимодействий связанных воедино придаёт командным действиям стройность и логичность, что всегда по достоинству будет оценено зрителями. Ниже представлена схема, которая может дополнить известную всему миру смену мест игроков за счёт скреста центрального и линейного игроков

(Схема 15).

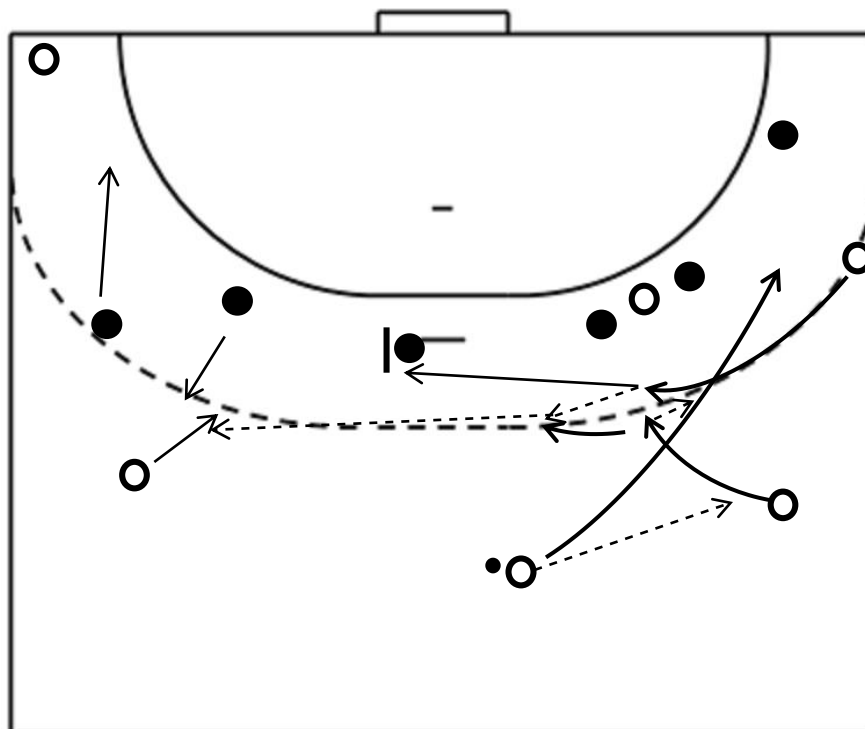


Схема 15. Применение скреста правого полусреднего и центрального после смены места атаки линейного игрока.

После смены местоположения линейного игрока правый полусредний атакует на центрального защитника, выпускает по скресту за спиной центрального, который определяет: отдать пас линейному игроку или выпустить за спиной скрестно правого крайнего, который получив мяч от центрального передаёт его левому полусреднему и входит под центрального защитника, выполняя внутренний заслон. Групповое взаимодействие левого полусреднего и правого крайнего осуществляется по принципу действий центрального и полусреднего, описанного в этой работе ранее. Следовательно, групповое взаимодействие, связанное со сменой положения линейного игрока, в основе которого лежит «стяжка», обрывает новыми элементами и имеет продолжение, которое предполагает несколько возможностей для реализации голевых ситуаций.

На этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства тактическая подготовка становится важнейшим разделом подготовки квалифицированных игроков. Совершенствование мастерства гандболиста ведётся, естественно, на базе технической и физической подготовки. Тактическая выучка молодых игроков носит ступенчатый характер, постепенно усложняясь. Большинство тактических взаимодействий построено на базе простых игровых элементов, известных игрокам ранее. Объединяя элементарные тактические действия в группы, тренер компоует групповые и командные взаимодействия. Некоторые схемы подобных взаимодействий представлены выше. Таким образом, применяя представленные выше индивидуальные,

групповые и командные тактические взаимодействия команда с успехом может выполнить стоящие перед ней задачи.

Литература:

1. Игнатьева В.Я. Теория и методика гандбола: учебник /В.Я. Игнатьева-М.: Спорт. 2016. - 328 с.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения: учебник (для тренеров): 2кн. / В.Н. Платонов. – Олимп. лит., 2021. – Кн.1. - 680 с.; Кн.2. – 752 с.
3. Зайцев Ю.Г. Подготовка юных гандболистов: учебно-методическое издание / Ю.Г. Зайцев. – М.: Спорт, 2020. – 191 с.
4. Зайцев Ю.Г., Костюков В.В., Чашкова О.Ю. «Тенденции развития европейского мужского гандбола в олимпийских циклах 2008-2016 гг. гг. и перспективы роста результатов сборной команды России». Физическая культура, спорт - наука и практика. 2016. № 3. С. 7-10.
5. Официальный сайт Федерации гандбола России: ФГР [http: //www. rushandball.ru/](http://www.rushandball.ru/) (дата обращения 07.11.2023).