

**Министерство образования Республики Беларусь**

**Учреждение образования  
«Гомельский государственный университет  
имени Франциска Скорины»**

**А.П. МАДЖАРОВ, С.В. ШЕРЕНДА, К.К. БОНДАРЕНКО**

**ТАКТИКА ИГРЫ В НАПАДЕНИИ**

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ по разделу  
«Гандбол»**

*для студентов специальности  
1-03-02-01 «Физическая культура»*

**Гомель  
УО «ГГУ им. Ф. Скорины»  
2011**

УДК  
ББК  
М

**Рецензент:**

кафедра спортивных дисциплин учреждения образования  
«Гомельский государственный университет  
имени Франциска Скорины»

Рекомендовано к изданию научно-методическим советом  
учреждения образования «Гомельский государственный  
университет имени Франциска Скорины»

Маджаров А.П.

М 13 Тактика игры в нападении: практическое пособие для  
студентов специальности 1-03-02-01 «Физическая культура»  
/ А.П. Маджаров, С.В. Шеренда, К.К. Бондаренко; М-во  
образ. РБ, Гомельский госуниверситет им. Ф. Скорины. –  
Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2011 – 75 с.

В практическом пособии раскрыты вопросы теории  
тактики игры в нападении. Дана классификация и подробное  
описание индивидуальных, групповых и командных  
тактических действий в нападении, а также методика  
обучения и совершенствования этих действий. Практическое  
пособие адресовано студентам факультета физической  
культуры.

УДК  
ББК

© Маджаров А.П., Шеренда С.В.,  
Бондаренко К.К., 2011  
© УО «Гомельский государственный  
университет им Ф. Скорины», 2011

Учебное издание

**Маджаров Александр Петрович**  
**Шеренда Сергей Владимирович**  
**Бондаренко Константин Константинович**

**ТАКТИКА ИГРЫ В НАПАДЕНИИ**

**практическое пособие по разделу «Гандбол»**  
**для студентов специальности**  
**1-03-02-01 – «Физическая культура»**

В авторской редакции

Подписано в печать .Формат 60x84 1/16. Бумага писчая №1.  
Гарнитура «Таймс». Усл.печ.л.....Уч.-изд.л. .... Тираж .... экз.

Отпечатано в учреждения образования  
«Гомельский государственный университет  
имени Франциска Скорины»  
246019, г. Гомель, ул. Советская, 104

## ЛИТЕРАТУРА

- 1 Евтушенко А.Н. Техническая и тактическая подготовка команды в гандболе / А.Н. Евтушенко. – Вильнюс, 1970
- 2 Игнатъева В.Я. Гандбол. Учебное пособие для ин-тов физ. культ. / В.Я. Игнатъева – М.: Физкультура и спорт, 1983, 200с.
- 3 Игнатъева В.Я., Петрачева И.В. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах / В.Я. Игнатъева, И.В. Петрачева. – М.: Светский спорт 2004. –216с.
- 4 Клусов Н.П. Ручной мяч в школе / Н.П. Клусов. – М.: Просвещение, 1986. – 125 с.
- 5 Клусов Н.П. Тактика гандбола / Н.П. Клусов. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 151 с.
- 6 Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк [и др.]; Под. ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М., 2004. – 520 с.

## СОДЕРЖАНИЕ

1 Тактика игры.....	4
2 Тактическая подготовка.....	6
3 Тактика игры в нападении.....	9
3.1 Классификация тактики игры в нападении.....	9
3.2 Функции игроков (амплуа).....	15
4 Индивидуальные тактические действия.....	16
5 Групповые тактические действия.....	19
5.1 Взаимодействие двух игроков.....	19
5.2 Взаимодействие трех игроков.....	23
6 Командные тактические действия.....	25
7 Методика обучения и совершенствования тактики нападения.....	35
7.1 Обучение тактике нападения.....	35
7.2 Совершенствование тактики нападения.....	40
7.2.1 Совершенствование индивидуальных действий.....	40
7.2.2 Совершенствование групповых действий.....	44
7.2.3 Совершенствование командных действий.....	54
7.2.4 Совершенствование стремительного нападения.....	63
ЛИТЕРАТУРА.....	75

## 1 Тактика игры

Тактика игры – это комплекс индивидуальных, групповых и командных действий, наиболее целесообразно используемых с учетом конкретного соперника и особенностей поединка в целях завоевания игрового преимущества и в конечном итоге – победы.

Тактика гандбола непрерывно совершенствуется. Развитие ее отражается в постоянной своеобразной борьбе нападения и защиты. Появление в игре новых – наиболее эффективных – средств и способов защитных действий вызывает необходимость поиска более действенных средств атаки, и наоборот.

Современная тактика требует непрерывного обогащения новыми средствами, способами и формами ведения игры, новыми знаниями. Жизнеспособность тактики команды зависит и от гибкости самой тактики, и от степени творчества в исполнении, от умения заставить работать на победу имеющиеся условия, переиграть конкретного соперника, от способности навязать противнику свою тактику игры.

Главная задача тактики – правильно определить и творчески использовать в каждой конкретной игре средства, способы и формы ведения борьбы, ведущие к победе над конкретным противником, в конкретных условиях. О целесообразном использовании тактического оружия можно вести речь лишь при правильном учете условий поединка (температуры воздуха, освещенности, покрытия игровой площадки; качества мяча и т.д.) и особенно при всесторонней сравнительной оценке возможностей соперничающих команд (стартовые составы и резервы; техническая, физическая и волевая подготовка игроков; тактическая оснащенность и др.). Только полный учет всех факторов предстоящего поединка позволит команде рассчитывать на успех.

Средства ведения игры – технические приемы и способы их исполнения. В рамках тактики – это знание и умение эффективно использовать изученные приемы в конкретной игровой обстановке. Овладение разнообразными средствами ведения игры создает благоприятные условия для использования наиболее гибкой тактики.

Способы ведения игры – рациональные индивидуальные, групповые и командные действия игроков в отдельные моменты игры, отражающие общий тактический замысел достижения

вратарю и выполняет рывок в сторону противоположных ворот, а, получив обратную передачу, выполняет бросок мяча в ворота. Партнер выполняет функции защитника.

### Задание 10

В процессе односторонней или двусторонней учебной игры по сигналу тренера нападающие передают мяч вратарю соперника. После передачи игроки, возвращаясь в защиту, не дают возможности нападающим получить мяч и т.д.

противоположной площади вратаря. Нападающие на максимальной скорости движутся к противоположным воротам, сохраняя расстояние между собой 5–6 м и передавая мяч друг другу. Достигнув середины площадки, они отдают мяч одному из партнеров, стоящих у противоположной площади вратаря, для выполнения броска мяча в ворота. После того как игроки первой пары отдадут мяч, они становятся защитниками и активно противодействуют игрокам второй пары.

#### Задание 8

1. Игроки располагаются двумя подгруппами (нападающие и защитники) «3–3», «4–4». Нападающие атакуют ворота, преодолевая сопротивление защитников. По сигналу тренера мяч передается вратарю, и защитники выполняют функции нападающих, нападающие – защитников.

2. На одной половине площадки две команды играют друг против друга. Не сильный бросок вратарю служит сигналом защитникам для ухода в «отрыв», бывшие нападающие становятся защитниками.

#### Задание 9

1. Игроки попарно располагаются справа от ворот в 5–6 м от средней линии. Игрок передает мяч вратарю и быстро перемещается по прямой к средней линии, а затем по диагонали в левый угол. Вратарь отдает мяч другому игроку, который движется по прямой, он передает мяч партнеру, завершающему атаку броском (рис. 72).

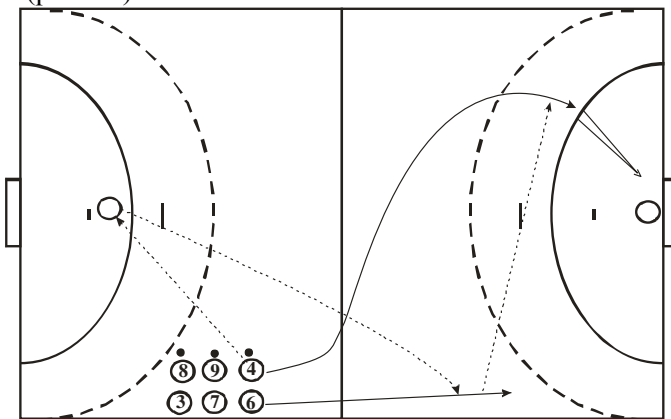


Рисунок 72

2. То же, но игрок вместо броска передает мяч в прыжке

победы: различные расстановки игроков, системы нападения и защиты и др.

Формы ведения игры – качественное проявление средств и способов ведения игры. Выражаются они действиями игроков (активными или пассивными), темпом игры, умением навязывать противнику манеру игры и темп; использованием права замен; проявлением игровой дисциплины. Форму ведения игры избирает тренер, руководствуясь игровой обстановкой и возможностями команды. К примеру: команда неожиданно овладела мячом и имеет отличные предпосылки для результативной атаки, а тренер умышленно сдерживает игроков и переводит игру в русло медленного позиционного нападения. Мотивом таких действий тренера становятся конкретные обстоятельства: необходимость удержания победного счета игры, исключение риска, слабая техническая готовность игроков, стремление «выиграть» игровое время, а также необходимость наигрывания состава, утверждение игровой дисциплины.

Игровая дисциплина – показатель спортивного интеллекта игрока и команды, свидетельство и проявление высокого мастерства, активная демонстрация индивидуальной инициативы и творчества в условиях четкого подчинения действий отдельного игрока интересам команды, умение твердо выполнять задуманное в течение всего матча; проявление собранности, чувства долга и достоинства, высокого морального духа. Поддержание высокой игровой дисциплины – обязательное условие достижения успеха в соревнованиях с любым противником, залог роста мастерства игроков.

## 2 Тактическая подготовка

Тактическая подготовка – это педагогический процесс, направленный на достижение эффективного применения технических приемов в сложной игровой обстановке при помощи тактических действий, которые представляют собой рациональную форму организации соревновательной деятельности игроков.

Все виды подготовки отдельного гандболиста и команды в целом в конечном итоге подчинены задачам тактической подготовки. Поэтому уровень тактического мастерства всегда зависит от качества технической, физической, психической и теоретической подготовленности. Учитывая эту зависимость, тренер-практик постоянно должен помнить о конечной цели любой подготовки.

Тактическая подготовка игрока и команды может иметь теоретическую и практическую направленность. Практическая направленность решает задачу совершенствования тактического мастерства, а теоретическая (помимо этого) анализирует закономерности развития игры и опыт подготовки и участия в соревнованиях, рассматривает возможности изменения используемых средств и способов ведения борьбы и привлечения новых, учитывает возможные изменения условий соревнований и сил вероятных противников.

Тактическая подготовка предусматривает овладение индивидуальными, групповыми и командными действиями. В основе индивидуальной тактики лежат техническая подготовка, творческое использование технических приемов в игре. Групповые тактические действия – это взаимодействия игроков и тактические комбинации, а командные – использование избранных средств, способов и форм ведения борьбы всеми игроками.

Понятие «тактическая подготовка» более емкое, чем понятие «обучение тактике». Можно хорошо знать тактику спортивной игры, изучить ее теоретически, но тактически действовать в игре малоэффективно. Изучения только тактических действий (индивидуальных, групповых и командных) также недостаточно для достижения высокой результативности в игре. В процессе подготовки необходимо добиться органического единства тактики и техники.

Можно выделить ряд факторов, предопределяющих

воротам. Вратарь передает мяч игроку, который первым пересечет центральную линию. Игрок, получив мяч и используя ведение, продвигается вперед и выполняет бросок в ворота. В момент передачи стартует вторая четверка. Один из игроков получает мяч от вратаря. Игроки второй четверки, используя передачи, скрестные перемещения и заслоны, преодолевают сопротивление трех игроков первой четверки, и один из них выходит на бросок.

2. Шесть игроков выполняют быстрый переход от защиты к нападению против четырех игроков и выводят свободного партнера для завершающего броска мяча в ворота (рис. 71).

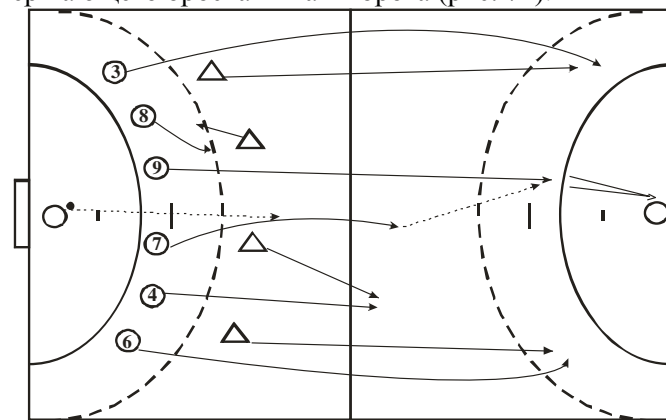


Рисунок 71

3. То же, но защитников пять.

Задание 6

1. Учебная игра «3–3». По сигналу тренера нападающие передают мяч вратарю. После этого тройка защитников выполняет рывок к противоположным воротам и получает мяч от вратаря. Нападающие, отдав мяч вратарю, выполняют функции защитников и мешают второй тройке выполнить быстрый переход от защиты к нападению.

2. То же, что и в упражнении 1, но односторонняя игра проводится группами «4–4», «5–5», «6–6». Можно проводить игры при численном меньшинстве нападающих «3–4», «4–5», «5–6». Можно проводить игры при численном большинстве нападающих «4–3», «5–4», «6–5».

Задание 7

1. Две пары нападающих располагаются у площади вратаря (левая сторона площадки) и двое нападающих и один защитник – у

воротам и, овладев мячом, передает его своему партнеру, который выполняет бросок мяча в ворота. Задача защитника – догнать нападающего и помешать ему выполнить бросок.

#### Задание 3

1. Игрок располагается у площади вратаря. По центру площадки (на расстоянии 12 м от ворот и в 4-5 м друг от друга) установлены две стойки. Между стойками находится защитник. Игрок передает мяч вратарю, выполняет ускорение в сторону стоек, вступает в единоборство с защитником, обходит его, получает мяч от вратаря и бросает его в ворота (рис. 70).

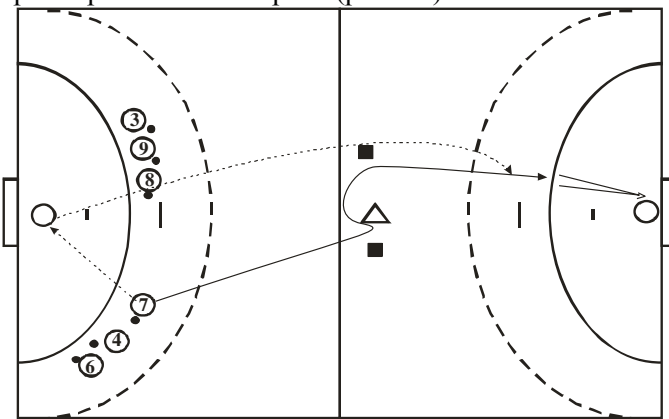


Рисунок 70

2. То же, но, получив от вратаря мяч, нападающий выполняет передачу своему партнеру, стоящему у линии свободных бросков, получает мяч обратно и, преодолевая сопротивление этого же игрока, выполняет бросок мяча в ворота.

#### Задание 4

1. Шесть нападающих и шесть защитников переходят от защиты к нападению. Задача вратаря - выполнить точную передачу мяча любому из игроков атакующей команды. Игроки, овладев мячом, стремятся создать ситуацию для выполнения броска мяча в ворота.

2. То же, но игроки нападения должны выполнить как можно больше передач между собой до завершения атаки.

#### Задание 5

1. Две четверки игроков располагаются на лицевой линии. Вратарь находится в центре своей зоны с двумя мячами. По сигналу первая четверка выполняет рывок к противоположным

успешность тактических действий гандболиста в игре и соревнованиях. Во-первых, высокий уровень развития специальных качеств – быстроты сложных реакций, быстроты ответных действий, ориентировки, сообразительности и т. п. Во-вторых, высокая степень надежности арсенала технических приемов в сложных игровых условиях. В-третьих, высокий уровень овладения навыками индивидуальных и коллективных тактических действий в нападении и защите.

Поэтому тактическую подготовку нельзя сводить к обучению спортсменов только тактическим действиям. Основу успешных действий спортсменов в игре составляют специальные качества, умение рационально и эффективно использовать технические приемы (соревновательные действия). Собственно тактические действия служат своеобразной формой организации соревновательной деятельности спортсменов индивидуально, в группах и команде в условиях противоборства с соперником. На этом основаны этапы тактической подготовки.

Первый этап. Развитие у обучаемых определенных физических, психических и интеллектуальных качеств, лежащих в основе успешных тактических действий (быстрота реакции и ориентировки, быстрота ответных действий и переключения с одних действий на другие, сообразительность, наблюдательность).

Второй этап. Формирование тактических умений в процессе обучения занимающихся приемам игры (технике). Достигается это двумя путями. Во-первых, по мере овладения техническим приемом его «соединяют» с качествами, обуславливающими успех тактических действий. Например, обучаемые при выполнении технического приема следят за действиями партнера (световым табло): в зависимости от характера обусловленных сигналов надо выполнить то или иное задание. Во-вторых, на этапе совершенствования приема применяют такую систему усложнений, которая способствует формированию тактических умений. Например, бросок на точность в ворота. На этой основе легко усваиваются индивидуальные тактические действия при завершении атаки: бросок вниз высокорослому вратарю, бросок в свободный угол ворот и т.д.

Третий этап. Изучение собственно тактических действий: индивидуальных, групповых и командных в нападении и защите. На первый план здесь выступают упражнения по тактике игровые

упражнения и учебная двусторонняя игра. Двустороннюю игру вводят постепенно, ей предшествуют подготовительные и подвижные игры, эстафеты.

Четвертый этап. Интеграция тактических действий в игровую соревновательную деятельность. Для этого применяют специальные задания в учебной двусторонней игре и установки в контрольных играх и во время календарных игр (соревнований).

Таким образом, формирование тактических умений начинается еще с подготовительных и подводящих упражнений, продолжается в упражнениях по технике, достигая наивысшего выражения в упражнениях по тактике, в учебных, контрольных играх и соревнованиях. В современном гандболе ярко выражена тенденция развития скоростной игры и усложнения тактических комбинаций. Поэтому особенно важно научить спортсмена оценивать расположение игроков (своих и соперника) на площадке, положение и направление полета мяча, предугадывать действия партнеров и разгадывать замысел соперников, быстро анализировать сложившуюся обстановку и, выбрав наиболее целесообразное действие, эффективно выполнить его.

С учетом сказанного выделяют основные направления тактической подготовки: постоянное внимание развитию специальных способностей и качеств; определение рациональной последовательности изучения тактических приемов, их сочетание и чередование; воспитание умения реализовывать развиваемые качества и способности (тактического характера) в процессе выполнения технических приемов; формирование тактических умений в процессе обучения техническим приемам; установление рациональной последовательности изучения тактических действий (индивидуальных, групповых и командных) в нападении и защите с учетом последовательности изучения технических приемов в нападении и защите; совершенствование навыков тактических действий в процессе интегральной подготовки (взаимосвязь тактической подготовки с технической, система заданий в учебных играх, установка в контрольных играх и соревнованиях). На этом основаны задачи тактической подготовки:

- Создать предпосылки для успешного обучения тактике игры (развитие необходимых способностей и качеств);
- Формировать тактические умения в процессе обучения приемам игры (технике);

Задача игрока, владеющего мячом, – выполнить бросок мяча в ворота. Задача защитника – препятствовать ему.

2. Игроки расположены перед площадью вратаря. У каждой пары - мяч. На противоположной стороне, на расстоянии 10 м от ворот, установлены две стойки в 4-5 м друг от друга, между ними находится защитник. Игрок передает мяч вратарю, и оба устремляются к противоположным воротам. Вратарь передает мяч одному из бегущих игроков. Используя передачу мяча, игроки (один из них) стараются пройти между стойками, где активно действует защитник. Преодолев сопротивление защитника, игрок выполняет бросок мяча в ворота (рис. 69).

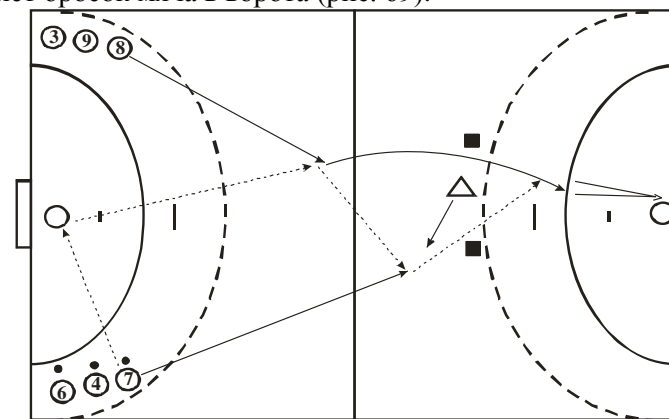


Рисунок 69

#### Задание 2

1. Две тройки игроков располагаются по обе стороны площади вратаря, в которой находятся два вратаря, у каждой тройки мяч. По сигналу игроки каждой тройки передают мяч своему вратарю. Одновременно с передачей мяча игроки каждой тройки с интервалом в 3-4 м совершают рывок в сторону противоположных ворот. Вратари передают мяч игроку, бегущему последним. Далее игроки передают мяч вперед и первый выполняет бросок мяча в ворота.

2. Слева у площади вратаря, на месте полусреднего, размещается защитник, перед ним нападающий. На месте правого полусреднего, на расстоянии 10 м, стоит другой нападающий. Нападающий передает мяч вратарю и выполняет рывок в сторону противоположных ворот. Защитник движется вслед за ним. Вратарь передает мяч нападающему, который параллельно движется к



выполняют две передачи, а затем выполняют бросок мяча в ворота.

4. То же, но один из трех игроков выполняет функции защитника. Два других игрока, используя передачи и финты, стараются выполнять бросок мяча в ворота.

#### Задание 7

1. Нападающие располагаются слева и справа у своей площади вратаря, у каждого мяч. У противоположной площади вратаря на расстоянии 10 м от ворот находятся два защитника. Нападающий, передает мяч вратарю, выполняет рывок, получает обратную передачу и, преодолевая сопротивление двух защитников, выполняет бросок мяча в ворота (рис. 68).

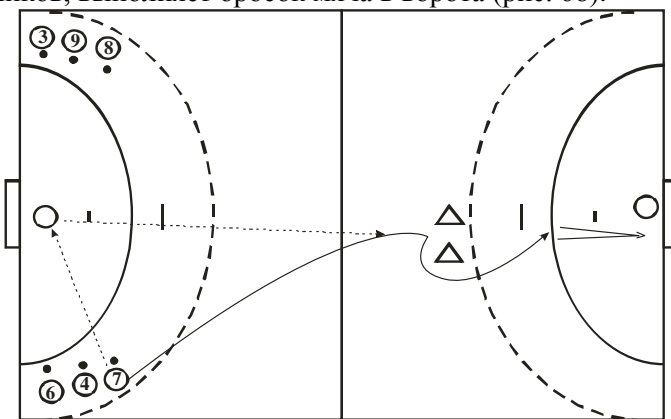


Рисунок 68

2. Нападающий, находящийся в углу гандбольной площадки, передает мяч своему вратарю и устремляется к противоположным воротам. Получив мяч от вратаря, он выполняет финт и передает мяч другому вратарю, после чего разворачивается, выполняет рывок к своим воротам, получает обратно передачу от вратаря и выполняет бросок мяча в свои ворота.

### Совершенствование контратаки

#### Задание 1

1. Вратарь находится в воротах. Рядом с ним мячи. Слева и справа у площади вратаря располагаются игроки. На центральной линии напротив ворот две стойки. По сигналу игроки быстро бегут к своим стойкам. Вратарь передает мяч игроку, который раньше коснулся стойки. Игрок, получивший мяч, выполняет функции нападающего, другой, оставшийся без мяча, - функции защитника.

- Обеспечить высокую степень надежности приемов игры при выполнении тактических действий;
- Овладеть основой индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите;
- Совершенствовать тактические умения с учетом игровой функции спортсмена в команде;
- Формировать умения эффективно использовать технику и тактические действия в зависимости от условий (состояние партнеров, соперника, внешние условия);
- Изучать команды соперника, их технический арсенал, тактическую и волевую подготовленность;
- Изучать передовую тактику ведущих команд страны и сильнейших зарубежных команд;

## 3 Тактика игры в нападении

### 3.1 Классификация тактики игры в нападении

Нападение – основной и наиболее активный вид тактических действий. При формировании команд для двухсторонних игр нужно учитывать игровые качества и склонности занимающихся. Игроков, обладающих хорошим рывком, умеющих уверенно ловить мяч на большой скорости, лучше размещать на флангах. Высоких игроков с сильными бросками нужно поставить в центре, в задней линии нападения. В линии игроки должны владеть высокой техникой ловли мяча, хорошо завершать атаку бросками с места, с выпрыгиванием в площадь ворот, с падениями.

Тактика нападения в гандболе включает в себя три раздела характеризующихся числом действующих игроков. Это индивидуальные, групповые и командные действия.

Индивидуальные действия – это самостоятельные действия игрока, направленные на решение поставленных перед командой тактических задач, осуществляемых им без непосредственной помощи партнера (рис. 1).

Групповые действия – это взаимодействие двух или трех игроков, выполняющих часть командной задачи (рис. 2).

Командные действия – это взаимодействия всех игроков команды, направленные на решение общекомандной задачи (рис. 3).

Каждая группа включает в себя несколько видов действия. Вид действия характеризуется взаимным расположением или взаимным перемещением игроков относительно друг друга. Иначе говоря, появляется система действия.

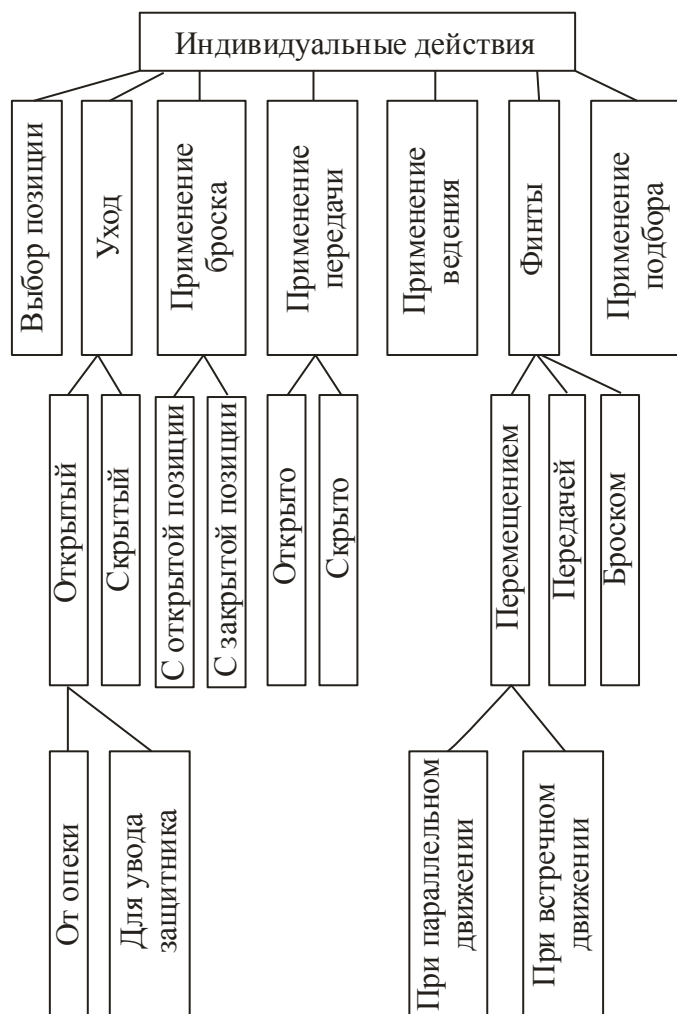


Рисунок 1 – Индивидуальные тактические действия

владеющий мячом, передает его любому из партнеров. Игроки оставшиеся без мяча, выполняют рывок к противоположным воротам. Игрок, получив мяч, выполняет финт, ускорение на 3-4 м и передает мяч одному из партнеров, бегущих к противоположным воротам. Партнер, овладев мячом и выполнив имитацию броска, передает мяч своему товарищу, а тот бросает его в ворота.

2. Упражнение выполняется в тройках. Расстояние между игроками 6-8 м. Крайние игроки выполняют функции нападающих и владеют одним мячом, центральный игрок выполняет функцию защитника. Перемещаясь на максимальной скорости и изменяя ритм, темп и скорость бега, крайние игроки передают мяч друг другу, а защитник препятствует выполнению точной передачи.

3. Игроки в тройках располагаются у своих ворот. Игрок передает мяч вратарю, и вся тройка выполняет рывок к противоположным воротам. Вратарь передает мяч любому игроку, тот передает любому партнеру, а завершает атаку третий, получив мяч (рис. 67).

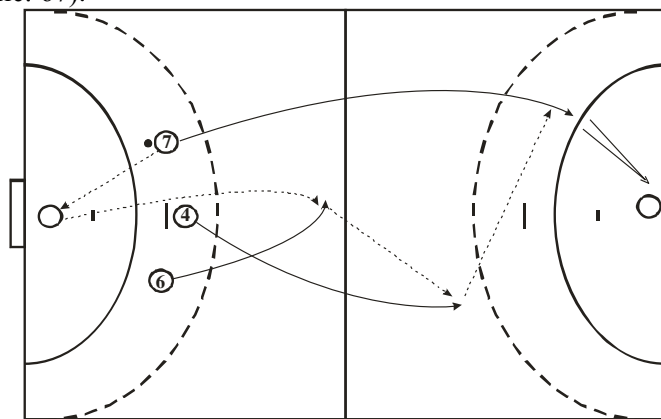


Рисунок 67

#### Задание 6

1. Упражнение выполняется в тройках. На каждую тройку один мяч. Игрок, владеющий мячом, передает его вратарю, и все выполняют рывок в сторону противоположных ворот. Вратарь, овладев мячом, быстро передает его одному из трех нападающих, который и выполняет бросок мяча в ворота.

2. То же, но игрок, получивший от вратаря мяч, передает его одному из партнеров, который и выполняет бросок.

3. То же, но после получения паса от вратаря игроки

партнеру, который производит бросок.

2. Упражнение выполняется в парах. Расстояние между игроками 6 м. Игрок передает мяч вратарю и выполняет рывок к центру площадки. Вратарь быстро возвращает мяч игроку, который кладет его на площадку, после чего продолжает движение по диагонали в сторону противоположных ворот. В момент передачи мяча другой игрок выполняет рывок, поднимает мяч, лежащий на площадке, и передает его партнеру, который выполняет бросок в ворота.

#### Задание 4

1. Шесть-восемь игроков располагаются на лицевой линии. Вратарь с мячом занимает позицию в центре площадки. По сигналу игроки выполняют рывок к противоположным воротам. Вратарь передает мяч игроку, который первым пересекает центральную линию. Игрок, получивший мяч, выполняет ведение и бросок в ворота. Упражнение заканчивается после того, как каждый игрок забросит по два мяча (рис. 66).

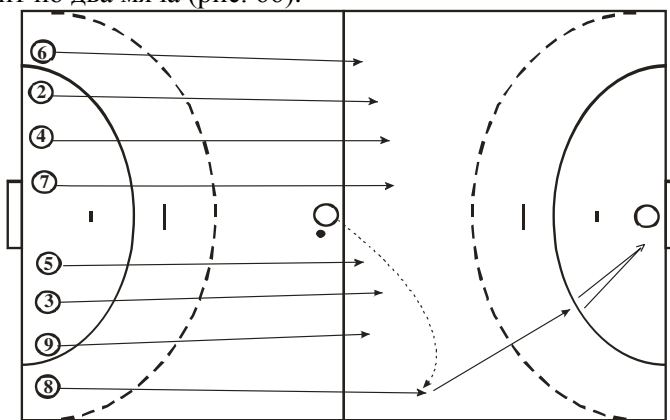


Рисунок 66

2. Две колонны нападающих располагаются по обе стороны от зоны вратаря, ближе к лицевой линии, напротив колонны один защитник. Около вратаря лежат мячи. Нападающие, используя финты, обходят защитника и выполняют рывок к противоположным воротам. Вратарь выполняет передачу первому, а потом второму игроку. Нападающие выполняют бросок мяча в ворота.

#### Задание 5

1. Упражнение выполняется в тройках. Один из игроков,

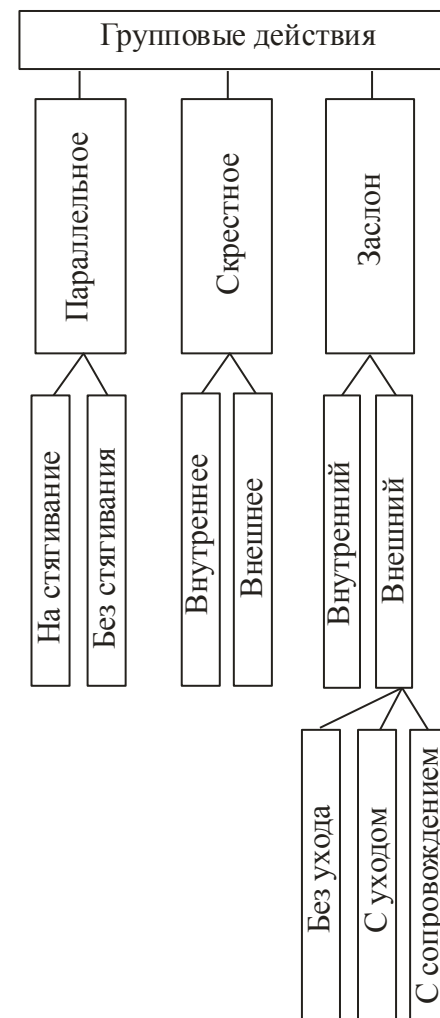


Рисунок 2 – Групповые тактические действия

Система игры – это организация взаимодействия игроков, в которой определены функции каждого игрока и в соответствии с функциями обусловлена расстановка на площадке. Каждый вид действия можно осуществить несколькими способами в зависимости от влияния, которое оказывает перемещение игроков на противника: сосредоточивает их или, наоборот, рассредоточивает по площадке. Способы действия имеют дополнительные варианты.

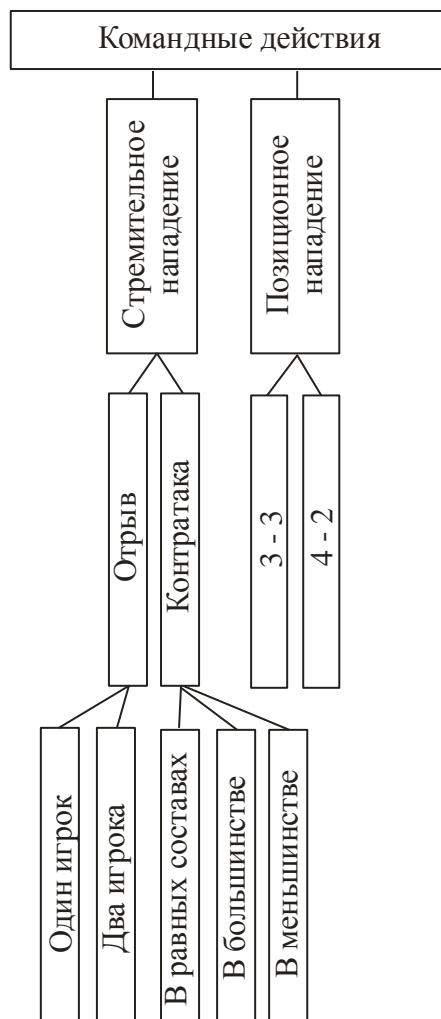


Рисунок 3 – Командные тактические действия

Результат коллективных действий во многом зависит от уровня индивидуального мастерства. Чем разнообразнее арсенал средств и способов ведения игры каждого нападающего, тем легче команде в целом добиться победы. Знание правил применения приемов игры, умение осуществить их на практике дают преимущество нападающему в единоборстве с защитником.

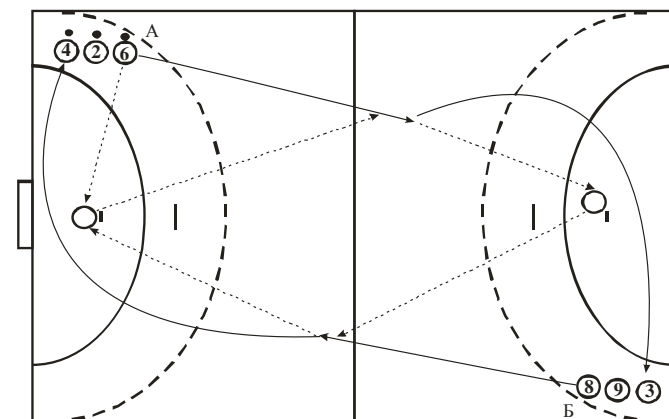


Рисунок 64

4. В упражнении участвуют два нападающих, два защитника и вратарь. Нападающие располагаются на крайних позициях. По сигналу тренера все бегут в отрыв. Вратарь передает мяч любому нападающему, который, взаимодействуя с партнером, должен забросить мяч в ворота, защитники препятствуют этому находясь в середине площадки (рис. 65).

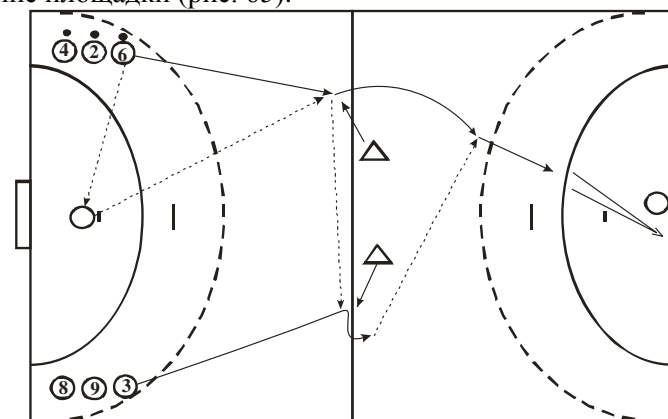


Рисунок 65

### Задание 3

1. Игроки в парах, владея одним мячом, располагаются справа от площадки вратаря. Игрок передает мяч вратарю, быстро перемещается в сторону противоположных ворот. Вратарь возвращает мяч игроку, и в этот момент другой нападающий выполняет рывок. Игрок, овладев мячом, передает его своему

2. То же, но игрок, не получивший мяч по различным причинам, становится защитником и противодействует игроку, владеющему мячом.

3. Нападающие попарно располагаются справа от площадки вратаря, у каждой пары мяч. Каждая пара передает мяч вратарю и два игрока выполняют рывок. Один из нападающих получает обратную передачу от вратаря и выполняет бросок мяча в ворота (рис. 63).

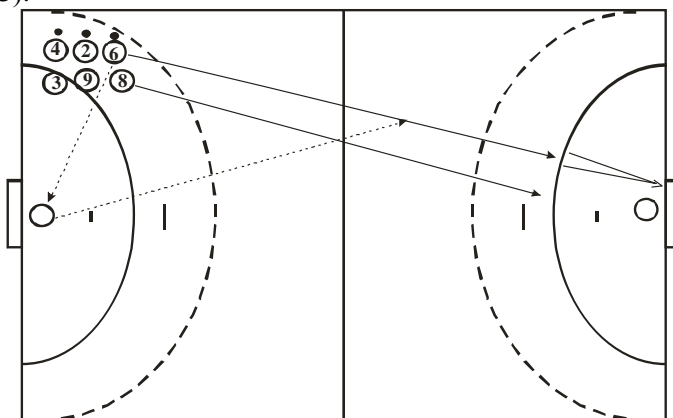


Рисунок 63

4. То же, но игрок, не получивший передачу от вратаря, выполняет функции за щитника.

#### Задание 2

1. Игроки располагаются в двух колоннах А и Б слева от зон вратаря на обеих сторонах площадки. Направляющий колонны А передает мяч вратарю, после чего выполняет рывок в сторону противоположных ворот. Вратарь возвращает мяч этому же игроку с таким расчетом, чтобы тот поймал мяч в центре площадки. Игрок, овладев мячом, передает его вратарю противоположных ворот, а сам занимает место в конце колонны Б. В момент передачи мяча направляющий колонны Б выполняет рывок. Вратарь, получив мяч, передает его игроку, выполняющему ускорение, и т.д. (рис. 64).

2. То же, но направляющий колонны А передает мяч не вратарю, а игроку, движущемуся ему навстречу по противоположному краю площадки.

3. Защитник и нападающий с позиций крайних игроков по сигналу тренера убегают в отрыв, нападающий должен получить мяч от вратаря, обыграть защитника, забросить мяч в ворота.

Групповые действия являются той основой, на которой строятся взаимодействия всей команды. Зная правила групповых действий и грамотно осуществив их на практике, можно быстро добиться взятия ворот.

В групповых действиях могут принимать участие два или три игрока. Вид группового действия определяется тем, как перемещаются партнеры относительно друг друга: параллельно, скрестно или применив заслон. Каждый вид группового действия может осуществляться несколькими способами. Способ того или иного вида характеризуется воздействием, которое оказывает на защитников это передвижение; сводит их или рассредоточивает.

Командные действия делятся на два вида: стремительное нападение и позиционное нападение. Стремительное нападение включает в себя элемент неожиданности, нападающие действуют против неорганизованной защиты противника. Позиционное нападение предполагает определенную запланированную расстановку игроков защиты и нападения, и борьба идет последовательно на разных позициях. Чтобы осуществить взятие ворот, необходимо применять комбинации индивидуальных и групповых действий.

Комбинация – это последовательный ряд индивидуальных и групповых действий, заранее обусловленных местом и определенным составом исполнителей. Комбинации применяются как по ходу игры, так и в процессе применения той или иной системы, так и в стандартных положениях при вбрасывании мяча из-за боковой линии и свободном броске.

Позиционное нападение – это вид командных действий против защиты, организованной в определенную систему. Если быстрая контратака не удалась и противник организовал оборону своих ворот, то нападающие занимают места на площадке вдоль зоны вратаря соответственно своим амплуа. Постепенно ускоряя темп передач мяча, гандболисты разыгрывают различные комбинации в зависимости от выбранной системы нападения, чтобы добиться взятия ворот. Нападение ведется двумя линиями. В первой линии нападения всегда действуют линейные игроки и крайние, во второй – два полусредних и центральный разыгрывающие. При этом крайние игроки могут меняться местами, но функции крайних останутся за ними. Игроки второй линии, меняясь местами и иногда действуя у самой зоны вратаря как на центральной, так и на

крайних позициях, все же выполняют роль разыгрывающих, организующих нападение.

Расстановки игроков. Различные расстановки игроков применяются в игре для того, чтобы усложнить противнику игру в защите и дать возможность своим наиболее сильным игрокам принять наиболее активное участие в игре. Основными видами расстановок (рис. 4, 5) в игре в гандбол являются 4–2 (с двумя линейными нападающими) и 3–3 (с одним линейным).

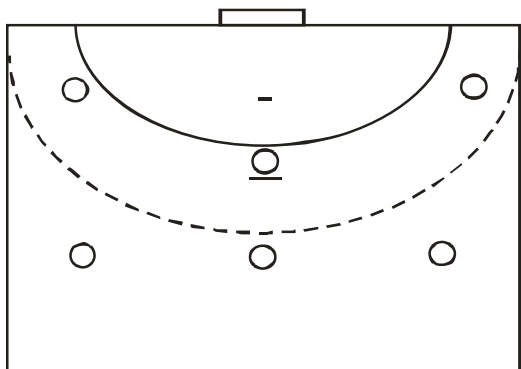


Рисунок 4 – расстановка игроков 3 – 3

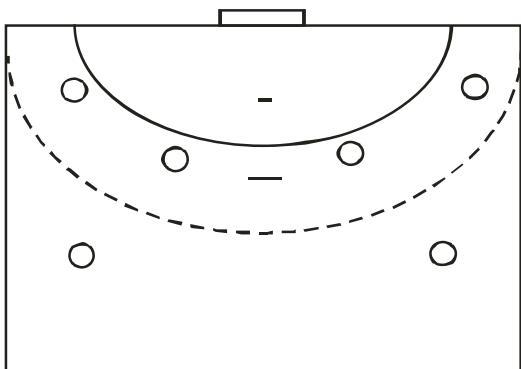


Рисунок 5 – Расстановка игроков 4 – 2

линию игроку 4, если выхода нет, передает мяч игроку 5. Игрок 5 двигается под заслон, поставленный игроком 7, и принимает решение завершать атаку самому или отдать мяч крайнему игроку 6 (рис. 61).

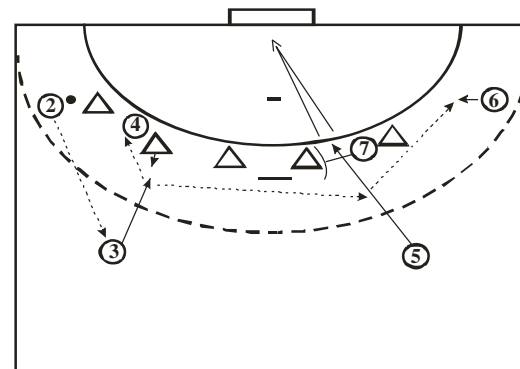


Рисунок 61

#### 7.2.4 Совершенствование стремительного нападения

##### Совершенствование отрыва

##### Задание 1

1. Нападающие располагаются слева от площадки вратаря. Нападающий, передав мяч вратарю, выполняет рывок к противоположным воротам; получив передачу от вратаря – выполняет бросок мяча в ворота (рис. 62).

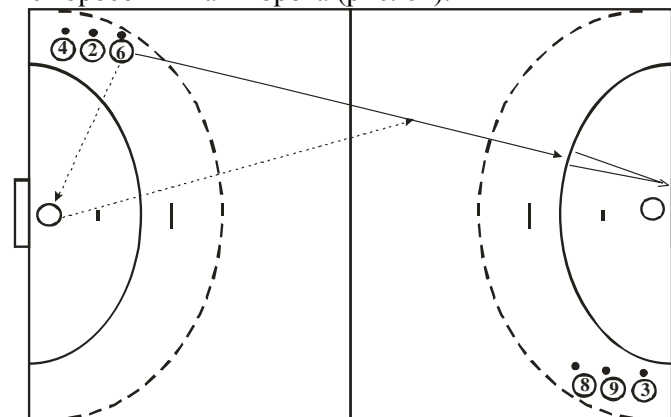


Рисунок 62

перемещение с игроком 4. Игрок 2 передает мяч игроку 4, тот - игроку 3. Игрок 6, перемещаясь вдоль площади вратаря, ставит заслон центральному защитнику. Игрок 7, используя заслон и активный ход игрока 3, выходит к линии площади вратаря. Нападающий 3, владеющий мячом, принимает решение по ситуации: бросает мяч в ворота или передает мяч игроку 7 или 5 (рис. 59).

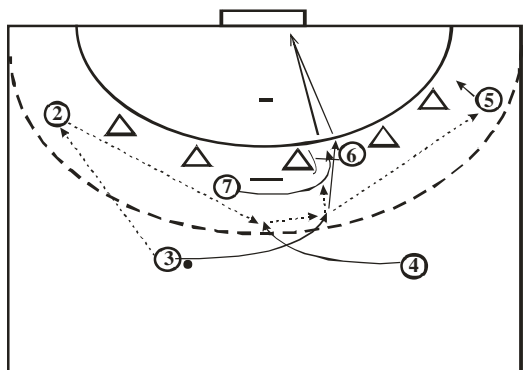


Рисунок 59

#### Задание 2

Игрок 2 начинает атаку и передает мяч игроку 3, который набегает на ворота. Игрок 3 передает мяч игроку 4, который выполняет бросок в ворота или отдает мяч игроку 5 и т.д. В момент атаки ворот игроком 4, игрок 7 ставит заслон центральному защитнику (рис. 60).

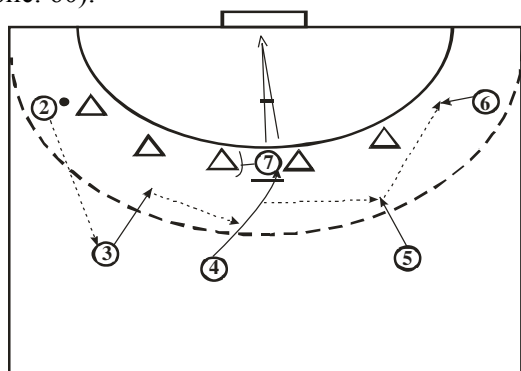


Рисунок 60

#### Задание 3

Игрок 2 отдает мяч игроку 3, который набегает на бросок, если полусредний защитник делает выход он выполняет передачу в

### 3.2 Функции игроков (амплуа)

В гандболе распределение игроков по функциям предусматривает их деление на игроков первой (передней) линии – крайние и линейные и второй (задней) линии – полусредние и разыгрывающие.

**Разыгрывающий игрок.** В его функции входит комбинационный розыгрыш мяча, распределение передач мяча между маневренными нападающими. Предпосылки для успешной деятельности разыгрывающего игрока – развитое периферическое зрение, внимание, скоростная и скрытая передача мяча, комплекс обманных движений, успешные дальние броски (опорные) с закрытых позиций и в прыжке. Зона действия – 8–10 м от линии свободного броска.

**Полусредний игрок.** Наряду с организацией атак полусредний должен принимать активное участие в их завершении. Игрок должен обладать теми же качествами, что и разыгрывающий игрок, но быть выше ростом. Зона действия полусредних игроков – 12–14 м от ворот соперника, где они обычно взаимодействуют с партнерами.

**Крайний нападающий.** Основные задачи – выполнение атакующих действий (бросок по воротам с минимального угла, организация и реализация контратак, взаимодействие с партнерами по нападению (полусредним и линейным). Ведущие качества – быстрота, стартовая скорость, скоростное выполнение технических приемов, финтов, бросков, а также отличная ориентация.

**Линейные нападающие.** Зона их действия проходит вдоль линии ворот соперника (спиной или боком к вратарю). Важные качества – скорость, ловкость, инициативность, твердость характера, умение своевременно освобождаться от опеки защитника, выполнять броски в падении или в прыжке в зону площадки ворот, взаимодействовать с партнерами по нападению. Линейный нападающий часто бывает ограничен во времени и месте для выполнения приема, поэтому ему необходимо такое качество, как скорость мышления.

#### 4 Индивидуальные тактические действия

**Выбор позиции:** нападающий всегда стремится выбрать наилучшее место для последующих действий или для оказания содействия партнеру, чтобы получить мяч для атаки, обеспечить более выгодные условия действия другому нападающему или бороться за отскочивший мяч. Выход на свободное место для получения мяча должен также сочетаться с ложными, отвлекающими движениями. При плотной опеке нападающий сам сближается с защитником, затем делает ложное движение в сторону, противоположное выходу, и только после этого резко отрывается от защитника, выходя для получения мяча на свободное место.

**Применение передачи мяча:** в зависимости от игрового момента передача может быть прямой, скрытой, навесной, с отскоком мяча от пола, с отвлекающим движением, в комплексе с финтом и т. п. Выбор способа передачи зависит только от передающего и должен быть мгновенным, а передача – оптимальной для данного игрового момента.

**Применение ловли мяча:** в множестве игровых моментов важно передавать мяч надежно, но еще важнее – наиболее удобно; линейному – на живот (чтобы тот мог глубже спрятать мяч от опекунов), полусреднему за голову (чтобы он не тратил время на замах), крайнему вперед (удобнее для набегания) и т. д. Умение ловить мяч в условиях острого единоборства нападающего с защитником обогащает индивидуальную и коллективную тактику игры.

**Применение ведения мяча:** как прием применим в строго определенных случаях – для необходимого перемещения по площадке, для выигрыша времени, для завершения атаки. Чрезмерное увлечение ведением снижает темп игры, упрощает защиту противнику. При любой возможности усиления атаки нападающий обязан отказаться от ведения мяча и как можно быстрее передать мяч партнеру.

**Обманные действия, финты:** это движения, рассчитанные на введение соперника в заблуждение, на то, чтобы сместить его с выгодной позиции, вывести из равновесия, лишить устойчивости. Выполняются с мячом и без мяча, ногами, туловищем, мячом, руками, плечами, головой, а также глазами, голосом и т. д. Число

игрока – 7 и 2. Игрок 2, получив мяч, принимает решение по ситуации: либо бросает мяч в ворота, либо передает его игроку 7 или 6 (рис. 57).

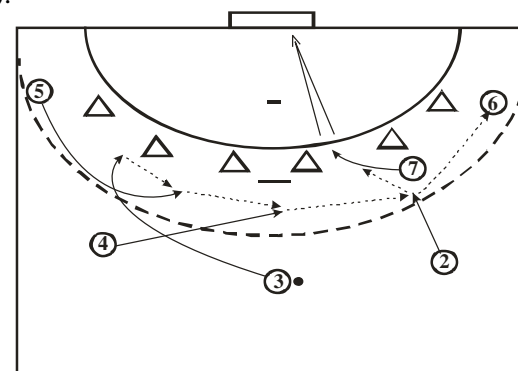


Рисунок 57

#### Задание 14

1. Нападающий 4 передает мяч игроку 3, который передает его игроку 2, тот передает мяч игроку 4, игрок 4 – игроку 3, который выполняет скрестное перемещение. Игрок 2 передвигается к центру. Нападающий 4 занимает позицию у площади вратаря и ставит заслон. Нападающий 2, используя заслон, выполненный нападающими 4 и 7, получает мяч от игрока 3 и выполняет бросок мяча в ворота. Одновременно игроки 5 и 6 отвлекают на себя защитников (рис. 58).

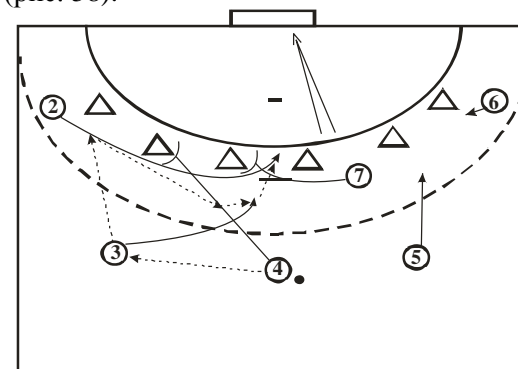


Рисунок 58

#### Командные действия при численном большинстве

#### Задание 1

1. При численном большинстве игрок 3, передав мяч игроку 2, движется вправо в сторону ворот, выполняя скрестное



принимает решение по ситуации: отдает мяч одному из игроков 5 4 или 7 (рис. 55).

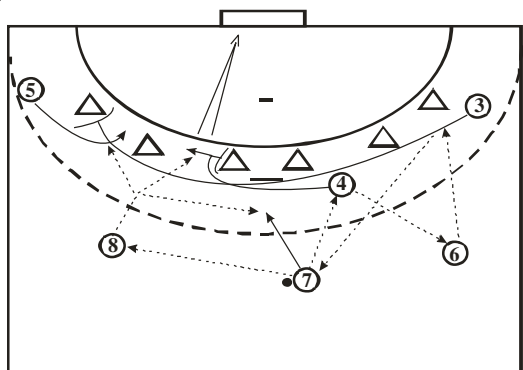


Рисунок 55

#### Задание 12

1. Нападающий 2 передает мяч игроку 3, который передает мяч влево игроку 4. Одновременно с этой передачей игрок 5 стремительно перемещается вдоль площади вратаря, ловит и передает мяч игроку 3. Одновременно с этой передачей игрок 7 ставит заслон в центре. Игрок 3 атакует с мячом в направлении ворот. Игрок 4 выполняет движение к воротам без мяча. Игрок 6, используя заслон, быстро перемещается и, получив мяч от игрока 3, бросает его в ворота (рис. 56).

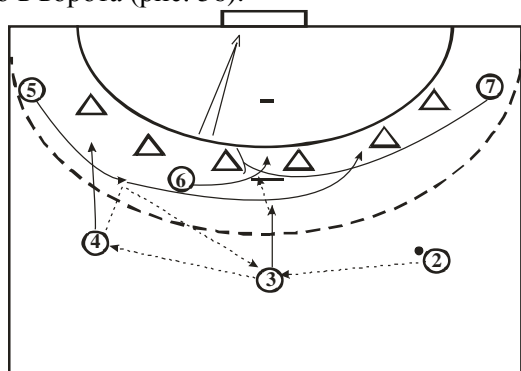


Рисунок 56

#### Задание 13

1. Нападающий 3 выполняет скрестное перемещение с игроком 5 и отдает ему мяч. Игрок 4 движется в центр к площади вратаря, получает передачу от игрока 5 и имитирует бросок. В момент получения мяча игроком 4 начинают движение одновременно два

финтов безгранично. Чтобы защитник реагировал на обманное движение нападающего, необходимо выполнять это движение правдоподобно и в темпе основного приема.

Наиболее частый финт с мячом – ложный захват на бросок в ворота. Практически он предшествует почти каждой передаче мяча в непосредственной близости от защитника. Игроки, не выполняющие таких движений, в значительной степени облегчают действия защитникам соперника. Простейший вид обыгрывания защитника нападающим – обводка при помощи ложного движения рукой на бросок с последующим проходом вперед. После замаха на бросок в движении, нападающий резко меняет направление движения и быстро пробегает мимо среагировавшего на замах защитника. Другой финт – с поворотом: сближаясь с защитником, нападающий делает правой ногой шаг вперед-вправо, поворачиваясь направо, а затем, согнув ногу и оттолкнувшись ею, быстро поворачивается на левой ноге кругом через правое плечо и, делая шаг в другом направлении, уходит от защитника. Аналогично выполняется обводка с поворотом и в другую сторону.

Сложнее финты с одним, двумя и тремя шагами с мячом. Финт с одношажным отвлекающим движением выполняется с ходу. Приблизившись к защитнику, нападающий имитирует проход влево: наклоняет туловище влево, разворачивается правым боком к защитнику, смотрит влево и делает шаг левой ногой в ту же сторону. Как только защитник среагирует на уловку, нападающий, сильно оттолкнувшись левой (на выпад) ногой, делает шаг в другую сторону и проходит справа от защитника. После этого он может сделать еще один шаг и выполнить бросок (или передать мяч партнеру, если тот в более выгодной ситуации).

По такому же принципу выполняет финт с двумя отвлекающими шагами. Здесь нападающий заставляет защитника перемещаться вначале влево, затем вправо и, наконец, проходит слева от него, выполняя бросок в ворота. Эти финты можно разнообразить проходом с одним шагом и торможением: нападающий «показывает» проход влево, но на первом же шаге слегка притормаживает. Защитник настораживается, ожидая очередного шага в другую сторону, и тоже притормаживает. А нападающий тем временем резко проходит защитника слева.

Для обеспечения успеха проходов к воротам нападающий должен в совершенстве обладать несколькими финтами. Вот

некоторые сочетания финтов с ложными действиями: финт на рывок в одну сторону – рывок в другую; рывок – остановка; финт на рывок – рывок – остановка; финт на бросок – проход – бросок и т. д.

Нападающий обязан внимательно наблюдать за действиями опекающего его защитника, изучать манеру его игры, чтобы по ходу встречи определить сильные и слабые стороны подготовки противника и использовать их в интересах команды.

**Применение броска в ворота.** Основной технико-тактический прием игры. В отношении тактики броска требования индивидуальной подготовки сводятся к следующему: выбор способа броска зависит от положения игрока относительно ворот; от расстояния до них; от места, занимаемого игроком (по амплуа или нет); от позиции вратаря, защитников и партнеров. Принимая решение на выполнение броска, игрок должен учитывать ход матча, право на бросок и ответственность за его исполнение перед коллективом. Все это наиболее важно в последние минуты напряженного матча. А на самой последней минуте игры, при ее истечении, когда счет устраивает атакующих, вообще нельзя бросать по воротам (пусть из самых выгодных положений): даже один отрицательный шанс в этом моменте может принципиально изменить судьбу команды. Игровая практика такими примерами чрезвычайно богата.

Известно, что бросок должен быть неожиданным, точным и мощным. Сегодня к этим требованиям добавляется новое: бросок должен быть и разнообразным. Не столь важна сила броска, сколь его хитрость – умение обвести вратаря в броске. Нападающие решают эти задачи, изменяя структуру броска (прежде всего, движения на замахе). Вратари часто отбивают мячи, потому что ясно видят положение руки с мячом на замахе, точно определяют направление полета мяча из этого статического положения. Нападающие, учитывая это обстоятельство, превратили замах в скрытую кругообразную и захлестывающую обводку вратаря. Кроме того, у них в резерве осталось завершающее движение кисти.

Сегодня нападающие стали выполнять бросок с полузамахом и совсем без замаха, что в сочетании с описанным предельно осложнило задачу вратарей. Еще одним средством повышения результативности бросков стало в последнее время изменение

передает мяч одному из игроков - 4 или 6 (рис. 53).

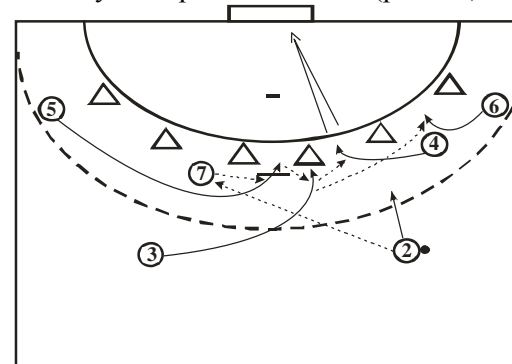


Рисунок 53

#### Задание 10

1. Игрок 7 передает мяч игроку 4. В этот момент игрок 3 начинает перемещаться влево. Мяч последовательно передается игрокам 6, 7 и 8. Игрок 8 продвигается вперед к воротам, а игрок 5 передвигается между защитниками 1 и 2. Игрок 8 принимает решение по ситуации: выполняет бросок в ворота или отдает мяч одному из игроков 3, 5 или 7 (рис. 54).

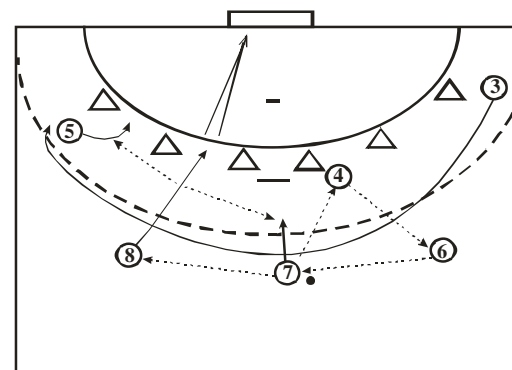


Рисунок 54

#### Задание 11

1. Игрок 7 передает мяч игроку 4, а тот – игроку 6. Игрок 3 в этот момент продвигается влево вдоль 9-метровой линии, получает мяч от игрока 6, тут же передает его игроку 7, продолжает продвигаться и ставит заслон крайнему защитнику. Игрок 7 передает мяч игроку 8, а игрок 4 ставит заслон защитнику в центральной зоне. Игрок 8 во время продвижения вперед

продвигается вправо и отдает мяч обратно игроку 7, а игрок 3 занимает позицию у площади вратаря в зоне полусреднего защитника. Игрок 7 передает мяч игроку 8, который стремительно продвигается с мячом влево. В этот момент игрок 7 перемещается влево, игрок 5 смещается вправо и ставит заслон второму защитнику. По ходу движения игрок принимает решение по ситуации: или выполняет бросок мяча в ворота, или отдает мяч одному из игроков 4 или 7 (рис. 52)

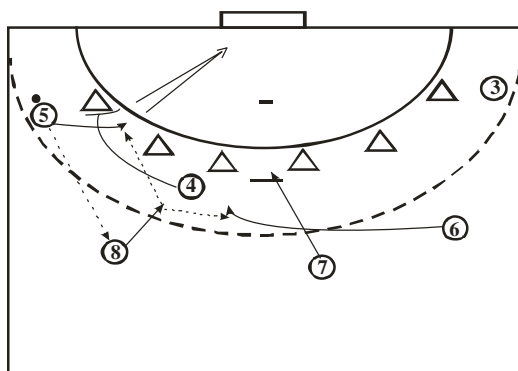


Рисунок 51

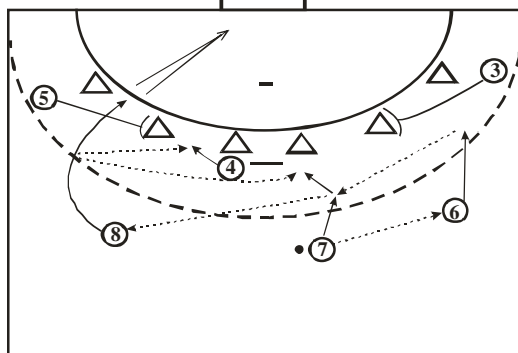


Рисунок 52

#### Задание 9

1. Игрок 2 передает мяч игроку 7. Игрок 5 выполняет скрестное перемещение с игроком 7 и получает мяч. Игрок 3 движется в центр и, получив мяч от 5 игрока имитирует бросок. В момент получения мяча игроком 3 начинает перемещаться игрок 4 - по направлению к центру, игрок 2 - прямо на ворота. Игрок 3 по ситуации принимает решение: либо бросает мяч в ворота, либо

привычных и устаревших (однообразных) точек прицела (бросок всегда проводился в так называемые наиболее уязвимые точки ворот: в углы, в точки около головы вратаря, между его ног, в «карманы»). Именно здесь и ожидали мяч вратари, что повышало эффективность отражения мячей, но снижало эффективность завершающих бросков. Сегодня наиболее опытные и талантливые нападающие незаметно для голкипера меняют точки прицела.

Бросок – не стандартный технический прием. Он постоянно совершенствуется. Итоги анализов последних международных соревнований свидетельствуют: наиболее результативным стал нынче бросок в пол с отскоком мяча в верхние углы ворот, ранее применявшийся крайне редко.

Основа высшего мастерства в гандболе – эффективный бросок, базирующийся на индивидуальной тактической подготовленности нападающего.

**Применение подбора мяча.** После неудачного броска (своего или партнера) нападающий должен быть нацелен на возможность подбора мяча в единоборстве с защитниками: занять правильную позицию; оттеснить соперника, впрыгивая в зону площади вратаря; откинуть мяч партнерам. Функции нападающих в этот момент должны быть четко разграничены: подбор мяча, блокирование других игроков, выход на свободное место для получения мяча, организация возможной контратаки.

## 5 Групповые тактические действия

### 5.1 Взаимодействие двух игроков

Если индивидуальная тактика нападающих составляет творческую основу коллективных действий команды, то тактические взаимодействия атакующих есть главная база тактической подготовки команды.

Тактические комбинации-связки обычно выполняются нападающими в завершающей фазе действий команды (розыгрыша мяча, а также перемещений, комбинаций). Поэтому, кроме индивидуального тактического мастерства, особую значимость приобретает опыт, взаимопонимание и творчество. Разучивать взаимодействия игроков следует в деталях, совершенствуя эти процессы от тренировки к тренировке.

### Взаимодействия полусреднего и крайнего.

Воздушная комбинация «парашют». Получив мяч, полусредний устремляется в атаку на ворота между двумя крайними защитниками. Один из этих защитников «стягивается» в сторону центра. К площади вратаря резко набегают крайний нападающий и с разбега высоко выпрыгивает над ней. Полусредний набрасывает ему мяч в воздухе, и крайний завершает комбинацию броском в ворота.

Заслон края. Крайний с мячом атакует, используя финт так, чтобы сблизиться с двумя крайними защитниками и увести их как можно дальше от фланга. В момент этой атаки полусредний имитирует стремление сместиться к центру. В последнюю секунду крайний резко передает мяч полусреднему, а сам отскакивает к линии площади вратаря за крайнего защитника и прижимает игрока обороны, заслоня от воздействия на полусреднего, который теперь быстро смещается в сторону края и из-под заслона атакует ворота.

Прорезание защиты. Получив мяч, крайний устремляется в угол, уводя туда опекуна; используя ложные движения, полусредний устремляется в пространство между крайними защитниками, получает мяч и завершает комбинацию. Здесь на полусреднего активно воздействуют два защитника, и от нападающего требуется большая самоотверженность и смелость.

Крест. Полусредний с ходу, из-за линии свободных бросков, атакует с мячом, «стягивая» на себя защитников. В момент выпрыгивания для броска с 7–8 м за полусредним набегают крайний. Получив мяч, он действует в зависимости от ситуации: бросает в ворота, входит в линию, создает численный перевес на другом фланге или начинает новое взаимодействие с партнером.

### Взаимодействия крайнего и линейного.

Коридор с отсечкой. Крайний нападающий с мячом врывается в «коридор» и, «проходя» мимо линейного, имитирует атаку на бросок. Линейный в этот момент отсекает находящегося за ним защитника, повернувшись к нему спиной (и находясь боком к воротам). Получив мяч (лучше с отскоком от пола), линейный завершает «связку» броском в ворота.

Смена в краю. Крайний нападающий, применяя финт, атакует крайнего защитника, стремясь увести его дальше от фланга и вплотную сблизиться с ним. Мяч держит так, чтобы его можно было передать пробегающему в этот момент сзади линейному

мяч в ворота или передает его одному из игроков 5, 4 или 6, который перемещается из глубины площадки к ее центру (рис. 50).

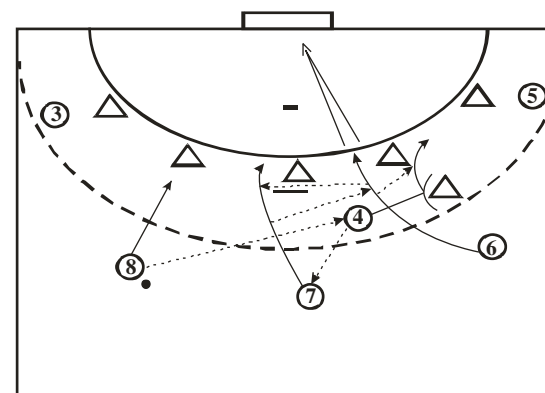


Рисунок 49

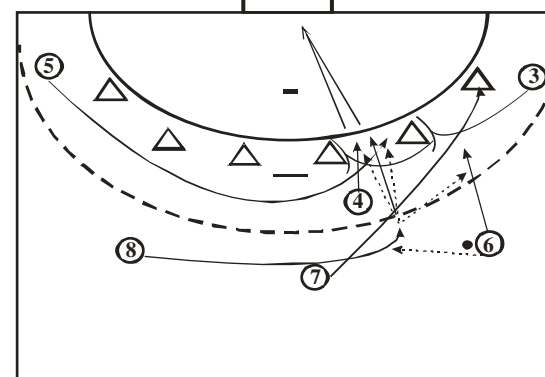


Рисунок 50

### Задание 7

1. Игрок 5 передает мяч игроку 8. Тот, овладев мячом, быстро продвигается вперед. В этот момент игрок 4 перемещается влево и ставит заслон первому крайнему защитнику. Игрок 5, используя заслон игрока 4, быстро выходит вправо к площади вратаря, а игрок 7 перемещается в сторону ворот. Игрок 8, продвигаясь вперед, принимает решение по ситуации: атакует ворота или передает мяч игроку 5 или 6 (рис. 51).

### Задание 8

1. Игрок 7 передает мяч игроку 6, а сам перемещается вправо вперед до линии свободных бросков. Игрок 6 с ведением

движение вдоль площади вратаря несколько раньше, чем овладеет мячом. Игрок 5 передает мяч игроку 3 и быстро перемещается вдоль защиты. Задача игрока 5 отвлечь на себя защитника 3 и создать благоприятные возможности для атакующих действий игрока 6. Игрок 3, овладев мячом, атакует в направлении защитника 2. Одновременно с ним игрок 2 двигается без мяча в направлении защитника 7. Игрок 6, используя заслон нападающего 7, стремительно атакует между защитниками 3 и 4. Нападающий 3, владея мячом, ориентируется по ситуации: бросает мяч в ворота, передает мяч игрокам 5 или 6 (рис. 48)

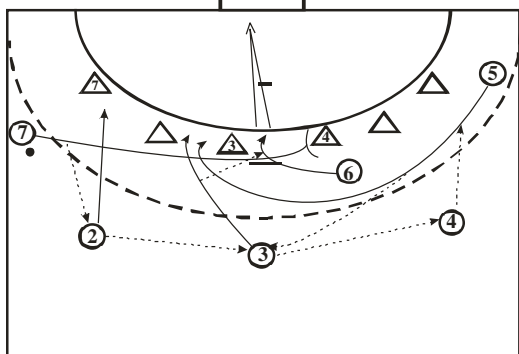


Рисунок 48

#### Задание 5

1. Игрок 8 передает мяч игроку 4, который отдает его игроку 7. Игрок 4, отдав мяч игроку 7, ставит заслон защитнику, который персонально опекает нападающего 6. Тот, используя заслон, освобождается от опеки, уходит влево и получает мяч от игрока 7. После заслона игрок 4 перемещается к площади вратаря, а игрок 7 – влево, параллельно игроку 6. Нападающий 6 принимает решение по ситуации: бросает мяч в ворота или передает его одному из игроков 7, 4 или 8 (рис. 49).

#### Задание 6

1. Игрок 6 с мячом продвигается в сторону ворот и передает мяч игроку 8. В этот момент игрок 7 перемещается на правый фланг и ставит заслон крайнему защитнику. После этого игрок 3 перемещается влево к площади вратаря и ставит заслон вначале второму справа защитнику, а затем третьему. Игрок 5 перемещается вправо между центральным и левым полусредним защитниками. Игрок 8 принимает решение по ситуации: бросает

(либо нападающему противоположного края). Передавая мяч, нападающий одновременно стремится любым способом удержать защитника (чтобы тот не успел за линейным). Получив мяч, линейный завершает «связку» броском с угла.

Пас в линию. Крайний с мячом выходит па бросок в ворота под острым углом. Вместо броска следует передача мяча ожидающему этот пас линейному. Тот легко уходит от защиты и завершает «связку». Передавать мяч в «линию» можно и с других мест края (когда защита ослабляет бдительность опеки линейного).

Откидка. Линейный игрок располагается между крайним и полусредним защитниками и теснит их ближе к центру. Крайний отходит за линию свободных бросков. Получая мяч при движении в направлении фланга, он рывком уводит в угол «своего» защитника и резко отдает мяч линейному, который поворачивается к нему лицом, блокируя защитника (и выполняет бросок в ворота).

#### Взаимодействия полусреднего и линейного.

Двойка. Линейный стоит между двумя защитниками. Полусредний с мячом идет на бросок. Один из защитников выходит навстречу полусреднему для блока. Полусредний, применяя финт, смещается в сторону, чтобы заставить второго защитника сдвинуться вперед для подстраховки вышедшего. Линейный использует это движение защитника, открывается в противоположную сторону, получает мяч и бросает его в ворота.

Двойка с отворотом. Исходное положение, как и в предыдущей «связке». В момент выхода одного из защитников линейный следует за ним. В момент сближения полусреднего и защитника (выходящего) выполняет заслон-отсечку. Полусредний проходит в сторону заслона, и на него переключается второй защитник. Линейный же отворачивается от заслоняемого защитника и резко возвращается к линии площади вратаря, где получает мяч и беспрепятственно бросает его в ворота.

Передача в линию. Полусредний с мячом движется под углом к воротам, имитирует бросок. Защитники поочередно могут выходить на нападающего. Линейный, используя движение защитников, резко перебегает между ними на свободное место и, получив мяч, завершает взаимодействие.

Перекидка. Полусредний с мячом перед блоком защитников – в зоне свободных бросков. Игроки обороны туловищем закрывают линейного (прямая передача исключена). Полусредний имитирует

бросок в ворота и неожиданно для защиты перебрасывает мяч через блок в зону площади вратаря. Линейный в прыжке овладевает мячом и забрасывает его в ворота.

#### Взаимодействие задних игроков.

Скрестное перемещение. Полусредний (центральный) с мячом движется вперед под небольшим углом к воротам, смещаясь в сторону партнера, и имитирует бросок в ворота, «стягивая» перед собой двух защитников. Когда игроки обороны начинают блокирование (останавливаются), за спиной нападающего пробегает (тоже под углом к воротам) партнер. Получив мяч, выполняет бросок в ворота или взаимодействует с партнером.

Параллельное смещение. Нападающий с мячом с ходу атакует ворота. Перед ним смыкаются для блока двое защитников. Сбоку от нападающего и параллельно с ним (интервал–3–4 м) вперед устремляется другой нападающий и, получив мяч, бросает его в ворота (в брешь, образовавшуюся между защитниками). Взаимодействие будет успешным только в том случае, если первый нападающий правдоподобно имитирует атаку и бросок, передает мяч лишь в самый последний момент, а второй не боится столкновений с защитниками.

Перевод мяча. Полусредний игрок почти от боковой линии с ходу идет в атаку, завершающуюся броском по воротам. В 8–9 м от ворот его встречают защитники. Вся защита сдвинута в сторону атакующего. Применяя финт, нападающий еще больше «стягивает» защиту и передает мяч поперек поля другому полусреднему, который также набегает к зоне свободных бросков (со своей стороны). Пока партнер распоряжается мячом, задача полусреднего – как можно быстрее отойти в исходное положение и начать новое набегание. Так, действуя «челночно», нападающие выбирают наиболее благоприятный момент для атаки ворот или (в результате ошибки защиты) для более острого взаимодействия.

Вход в линию. Нападающий имитирует атаку и передает мяч полусреднему, который идет на бросок, вытягивая на себя защитника. Передающий мяч стремится с ходу занять место выходящего защитника, получить там мяч и завершить взаимодействие броском по воротам.

игроку 8, а игрок 4 перемещается влево и выполняет заслон центральному защитнику. Игрок 8 продвигается вперед и выполняет бросок мяча в ворота (рис. 46).

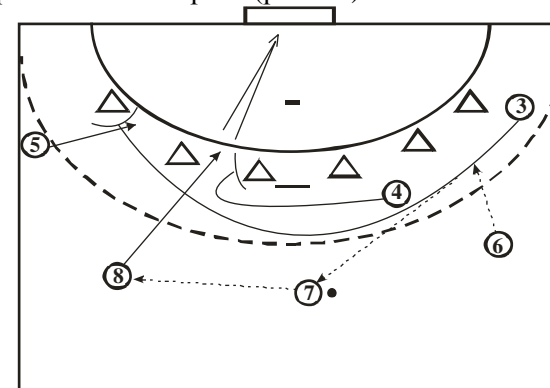


Рисунок 46

#### Задание 3

1. Игрок 8 передает мяч игроку 7. Игрок 4 ставит заслон защитнику, который персонально опекает игрока 6. Игрок 6 освобождается от опеки и получает мяч от игрока 7. Игрок 4 уходит от защитника к площади вратаря, а игрок 7 перемещается вперед влево. Игрок 6 выполняет бросок в ворота (рис. 47).

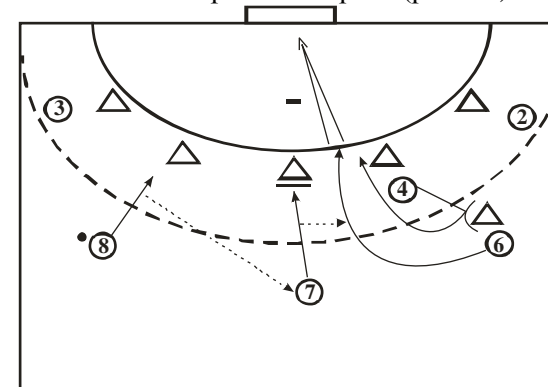


Рисунок 47

#### Задание 4

1. Игрок 7, двигаясь в направлении центра, передает мяч игроку 2 и, продолжая перемещаться вдоль площади вратаря, ставит заслон. Игрок 2 после прямой атаки передает мяч игроку 3, а тот – игроку 4. Игрок 4 передает мяч игроку 5, который начинает

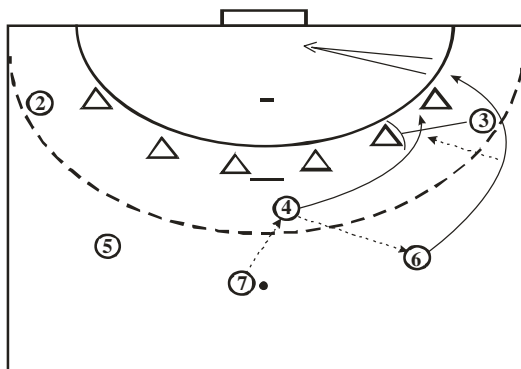


Рисунок 44

### 7.2.3 Совершенствование командных действий

Совершенствование позиционного нападения

Задание 1

1. Игрок 7 передает мяч игроку 4, который отдает его игроку 8. Игрок 5 продвигается вправо вдоль линии свободных бросков и получает мяч от игрока 8, а игрок 4 перемещается в зону правого полусреднего ставит заслон. Игрок 5 продвигается к центру, отдает его игроку 7 и ставит заслон. Игрок 7 выполняет бросок в ворота (рис. 45).

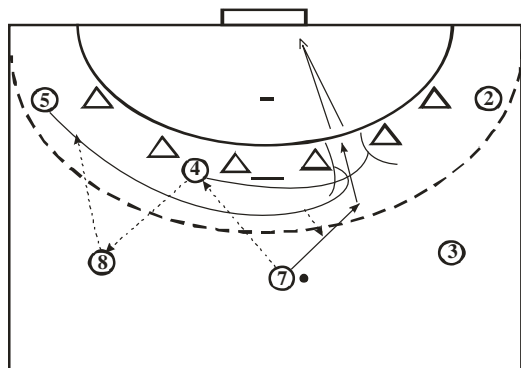


Рисунок 45

Задание 2

1. Игрок 3 продвигается вдоль линии свободных бросков, получает мяч от игрока 6 и отдает его игроку 7, затем продвигается вперед и ставит заслон крайнему защитнику. Игрок 7 передает мяч

## 5. 2 Взаимодействие трех игроков

Программы отработки взаимодействия троек нападения самые разные. Однако в первую очередь сыгрываются тройки игроков, расположенных по соседству: крайний – линейный – полусредний (одного и другого флангов); полусредний – линейный – полусредний; разыгрывающий – линейный – полусредний; крайний – полусредний – разыгрывающий и т. д.

Тройка. Линейный становится между вторым и третьим защитниками, полусредний и крайний остаются на обычных для себя местах. Крайний с мячом начинает проход в «коридор», затем старается резко прорваться между крайними защитниками, одновременно передавая мяч смещающемуся в угол полусреднему. За полусредним устремляется крайний защитник. Теперь крайний нападающий прижимает второго защитника к линии площади вратаря, а линейный использует этот заслон, выбегая в сторону края, получает мяч от полусреднего и завершает комбинацию (рис. 6).

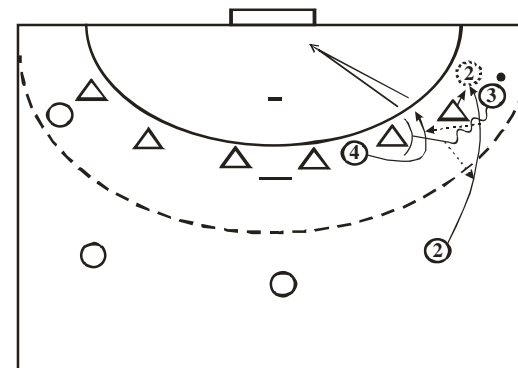


Рисунок 6

Обратная тройка. Исходная расстановка – такая же. Крайний нападающий начинает то же движение (в «коридор»), но мяч отдает полусреднему несколько раньше, а сам отступает назад. Полусредний имитирует атаку на ворота в сторону центра. Тотчас за ним в «коридор» устремляется крайний нападающий. Линейный ставит заслон второму защитнику, сдерживая его движения в сторону центра, а крайний выбегает из-под заслона, получает мяч и бросает его в ворота. Третий защитник в это время смещается для опеки полусреднего (рис. 7).

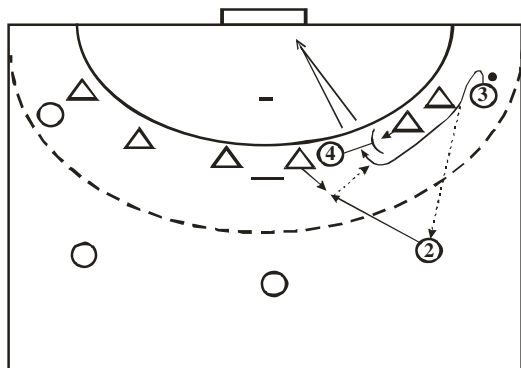


Рисунок 7

Обе тройки полезны в последовательности, позволяющей лишить защиту уверенности относительно того, в какую сторону будет развиваться комбинация.

Обратный вход. Расстановка нападающих – такая же. Полусредний с мячом начинает смещаться по линии свободных бросков в сторону края. Неожиданно крайний нападающий поворачивается и идет на свое место. Линейный к этому времени занимает позицию между крайними защитниками. Теперь задачи крайнего из-под заслона линейного выйти на ударную позицию и получить мяч от полусреднего, который, в свою очередь, «увел» крайнего защитника далеко на фланг (рис. 8).

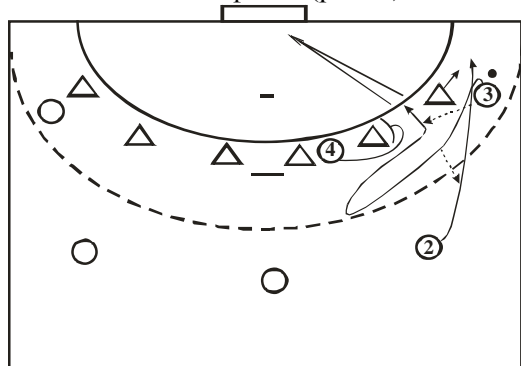


Рисунок 8

Двойное прижатие. Расстановка – такая же. Крайний входит в «коридор». Линейный, прижимая защитника, пытается создать партнеру небольшую брешь для прохода набросок. Крайний, врываясь в эту брешь (она слишком мала и не обеспечивает возможности броска), передает мяч полусреднему, который точно в

если защитник 7 переключится на нападающего 3 или передаст мяч игроку 5, если тот окажется свободным от опеки. Это упражнение выполняется на любой позиции (рис. 43).

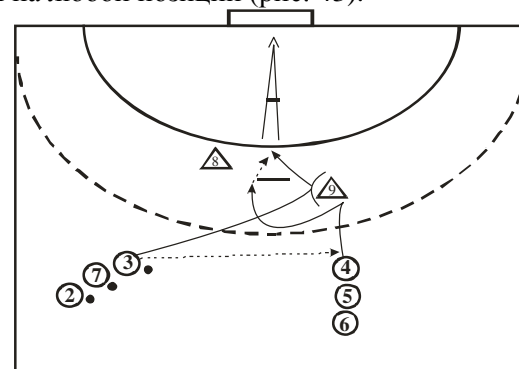


Рисунок 42

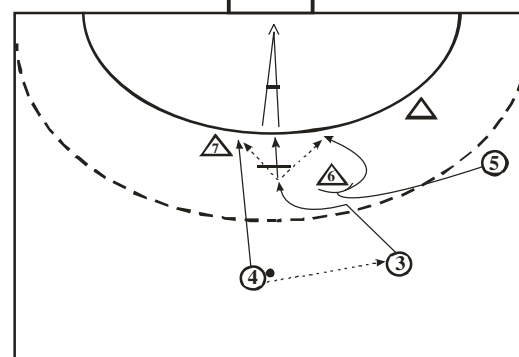


Рисунок 43

#### Задание 11

1. Игрок 7 передает мяч игроку 4 и продвигается вправо вперед. Игрок 4 передает мяч игроку 6, который быстро ведет мяч в правый край. Одновременно игрок 3 продвигается влево вдоль площади вратаря, ставит заслон ближайшему защитнику, а игрок 4 перемещается к площади вратаря. Игрок принимает решение по ситуации: либо бросает мяч в ворота (с 9-метровой линии продвигается к воротам и завершает атаку с 6 м либо отдает мяч игроку 4. Если создается благоприятная ситуация для продолжения атаки, игрок 6 передает мяч игроку 7, и атака начинается снова (рис. 44).

2. То же, но в другую сторону.



### Задание 8

1. Два игрока располагаются у площади вратаря (один – защитник, один - нападающий). Напротив них две колонны нападающих. Игрок 4 передает мяч игроку 3, который, имитируя прямую атаку, возвращает мяч игроку 4, начавшему прямую атаку без мяча. Овладев мячом, игрок 4 выполняет замах для выполнения броска мяча, одновременно с этим игрок 7 ставит заслон защитнику. Игрок 4 уходит в сторону заслона и выполняет бросок мяча в ворота (рис. 41).

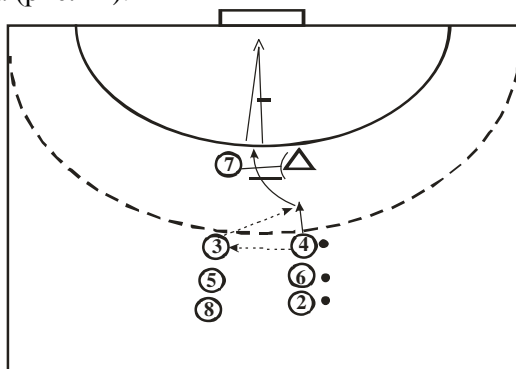


Рисунок 41

2. То же, но в другую сторону.

### Задание 9

1. У линии площади вратаря размещаются четыре защитника. Нападающие первой линии располагаются слева у лицевой линии, а нападающие второй линии – справа на позиции полусреднего. Игрок 3, передав мяч игроку 4, занимает позицию между защитниками, ближе к игроку 8. Игрок 4 двигается в сторону игрока 9. Одновременно игрок 3 ставит заслон защитнику 9. Далее игрок 3 уходит от защитника, получает мяч от игрока 4 и выполняет бросок мяча в ворота (рис. 42).

2. То же, в другую сторону.

### Задание 10

1. Игрок 3 получает мяч от игрока 4, выполняет финт броском, защитник 6 выходит вперед и блокирует нападающего 3, а игрок 5 применяет заслон против этого защитника. Нападающий 3 уходит влево вперед, в дальнейшем атака ворот завершается по ситуации. Возможные варианты развития атаки: игрок 3 сам производит бросок или передает мяч игроку 4 для ее завершения в том случае,

этот момент оказывается сзади крайнего нападающего. Двое нападающих одновременно прижимают защитников, мешая им выйти или заблокировать бросок в ворота, выполняемый в прыжке над головами партнеров. Успех комбинации решает умение нападающего сохранить возможность для передачи мяча при плотном единоборстве (для этого крайний оставляет мяч внизу и за собой) и синхронности перемещений игроков.

## 6 Командные тактические действия

Командные тактические действия нападения имеют два вида: стремительное нападение и позиционное нападение. Стремительное нападение (контратака) проводится в случаях, когда команда быстро или неожиданно овладела мячом, а противник еще не успел организовать защиту. Против организованной защиты эффективно позиционное нападение.

**Стремительное нападение** – наиболее действенное и эффективное. Анализ крупнейших соревнований свидетельствует: при равном общем уровне подготовленности двух команд победу всегда одерживает та, в которой наиболее результативно и широко проводится стремительное нападение.

Суть его – в умении игроков определить момент начала организации контратаки (атаки с отрывом) и определить соперника в принятии защитных действий против этой атаки, а также убегании одного из игроков защиты в отрыв, в своевременном и точном снабжении этого игрока мячом и в поддержании контратаки другими игроками, которые из защитников «превращаются» в нападающих.

Основными моментами, как бы условно сигнализирующими о возможности начала организации атаки с отрывом, могут быть различные стандартные положения. Прежде всего бросок в ворота. Независимо от его исхода значительно раньше (на замахе, на проходе, при скидке мяча) крайний защитник уже стартует в отрыв. И, если мячом овладеет вратарь (или защитники на блоке) либо мяч отскочит от ворот, атака с отрывом получит естественное развитие. Другими моментами для ухода защитника в отрыв могут быть техническая ошибка соперника, обоюдная ошибка игроков обеих

команд (судья может отдать мяч любой из команд), перехват мяча партнером, спорная ситуация и т. д.

**Позиционное нападение.** Суть его в том, что нападающие занимают места согласно игровой расстановке и ведут наступательные действия преимущественно за счет изменения темпа передач мяча, незначительных перемещений и смены мест. Завершается атака комбинацией или взаимодействием нападающих.

Формирование тактики нападения во многом зависит от наличия определенных исполнителей. Если преподаватель располагает группой отличных бомбардиров, способных уверенно завершать атаки бросками со средних и дальних дистанций, то в основе тактических действий команды должны лежать комбинации с завершением для игроков задней линии нападения (прежде всего таранного типа). Приводим примерные комбинации такого нападения.

1. Разыгрывающий 2 (рис. 9) в движении получает мяч и атакует по центру, неожиданно отбрасывая мяч по полусреднему 3, выполнявшему параллельное смещение. Без мяча входит в линию. Полусредний атакует, смещаясь несколько в сторону, и также неожиданно длинным пасом передает мяч набегавшему вперед левому полусреднему, который входит в зону свободных бросков и, применив финт, смещается к центру. В это время полусредний 3 отходит немного назад и вправо, а затем вновь набегает вперед. Левый полусредний 4 передает ему мяч и сам врывается на место защитника, вышедшего на полусреднего 3 с мячом. Передача мяча левому полусреднему 4 и тот с ходу завершает атаку.

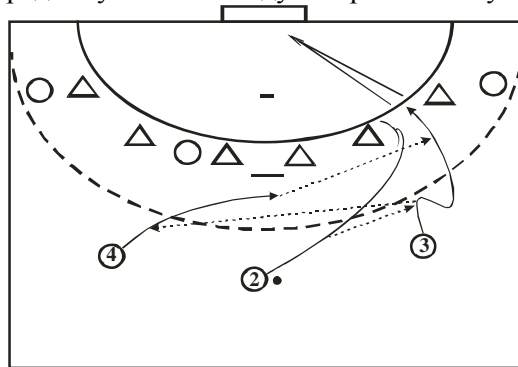


Рисунок 9

мяча игроки 7 и 4 меняются местами. Игрок 3 принимает решение по ситуации: либо бросает мяч в ворота, либо передает его одному из игроков – 4, 7 или 2 (рис. 40).

2. То же, но в другую сторону.

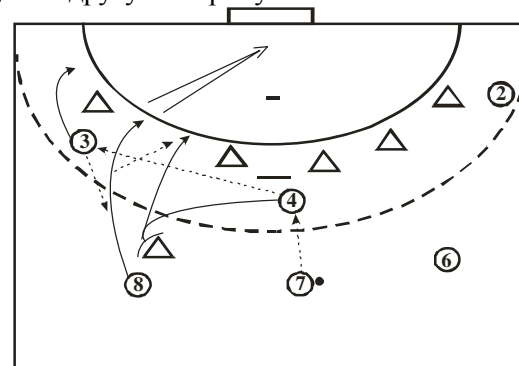


Рисунок 38

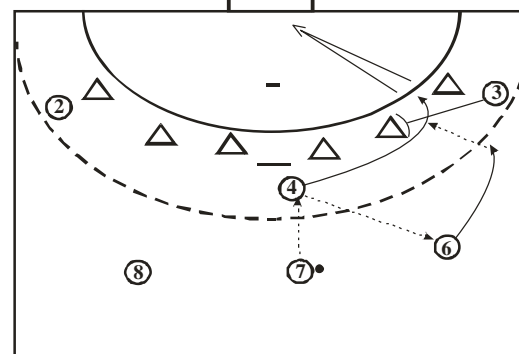


Рисунок 39

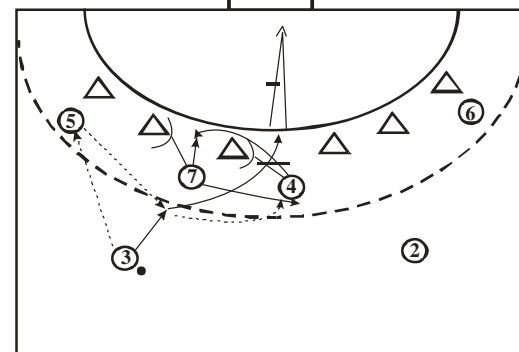


Рисунок 40

овладев мячом и преодолевая сопротивление защитника, стремится выполнить точную передачу. Получив мяч, игрок выполняет бросок и уходит в конец противоположной колонны. Упражнение выполняется одновременно с двух сторон.

2. То же, но первый игрок, передав мяч партнеру, ставит заслон защитнику. Партнер, используя заслон, уходит от своего опекуна и, продолжая ведение, выполняет бросок мяча в ворота. У средней линии защитник становится нападающим, а выполнивший заслон - защитником (рис. 37).

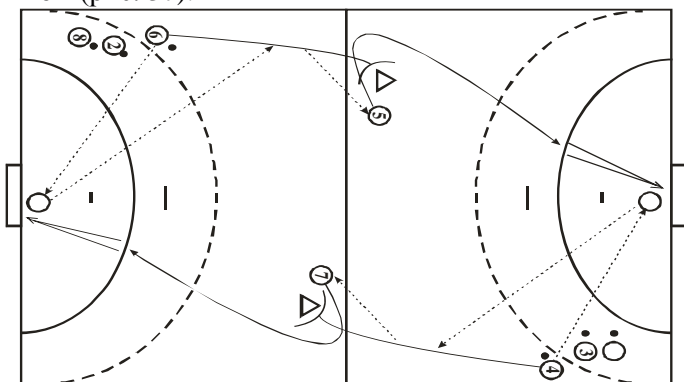


Рисунок 37

#### Задание 4

1. Нападающий 7 передает мяч игроку 4, а тот - игроку 5. Передав мяч, игрок 4 ставит заслон защитнику, который персонально опекает нападающего 8. Игрок уходит в сторону заслона и получает мяч от игрока 5. После заслона игрок 4 уходит к площади вратаря. Игрок 8 принимает решение по ситуации: бросает мяч в ворота или передает его игроку 5 и 4 (рис. 38).

#### Задание 6

1. Игрок 7 передает мяч игроку 4 и немного продвигается вправо вперед. Игрок 4 передает мяч игроку 6, который ведет мяч на правый край. Одновременно игрок 3 ставит заслон ближайшему защитнику, а игрок 4 продвигается вправо, получает мяч от 6 и выполняет бросок в ворота (рис. 39).

2. То же, но в другую сторону.

#### Задание 7

1. Нападающий 3, передав мяч игроку 5, начинает движение к воротам. В этот момент нападающие 7 и 4 (линейные) ставят заслон. Игрок 5 возвращает мяч игроку 3. В момент получения им

2. В момент атаки правого полусреднего 3 (рис. 10) из-под заслона разыгрывающего 2 выбегает линейный 5 и на месте выходящего вперед защитника старается получить мяч от правого полусреднего 3. На этом комбинация может закончиться. Если же защитник не выходит вперед, то линейный 5 ставит ему заслон. Теперь между двумя заслоняющими (разыгрывающим и линейным) нет игрока противника. В эту «щель» устремляется (или использует ее для броска в прыжке) игрок 4, получая мяч от правого полусреднего 3.

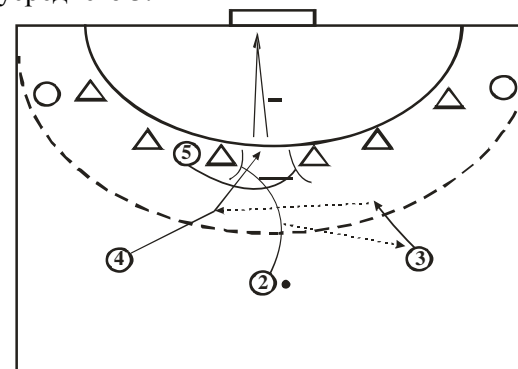


Рисунок 10

3. Разыгрывающий 2 (рис. 11) с мячом атакует с ходу, смещаясь несколько в сторону. В момент максимального «стягивания» защиты отдает мяч пробегающему сзади него игроку 3, который «смещает» защиту по ходу своего движения к центру и передает мяч пробегающему сзади игроку 4. Тот завершает комбинацию. Игроки 2 и 3, передав мяч, блокируют защитников.

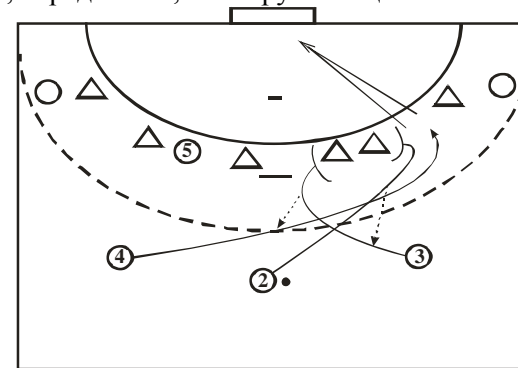


Рисунок 11

4. Атакуют разыгрывающий 2 (рис. 12). Сближаясь с защитником, передает мяч игроку 3 влево. Тот сближается с выходящим защитником и отбрасывает мяч на край выбегающему оттуда по линии свободных бросков игроку 4, который длинным пасом отдает мяч набегающему правому полусреднему 5. Если длинный пас не удастся, игроки 2 и 3 после передачи мяча могут блокировать защитников и выполнять заслоны для игроков 4 и 5.

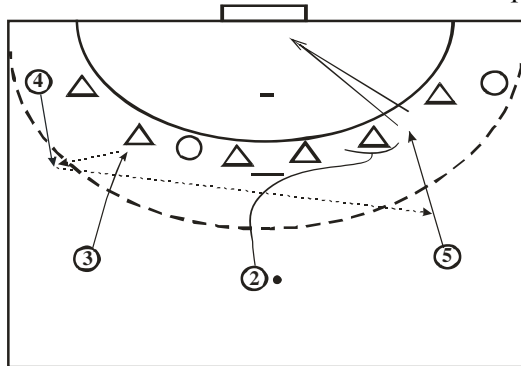


Рисунок 12

5. Полусредний 2 (рис. 13), атакуя с ходу со смещением в сторону фланга, быстро передает мяч полусреднему 3, набегающему по своему месту. Защита смещается за мячом, мяч также быстро передается разыгрывающему 4, а от него – продолжающему набегание (в сторону фланга) полусреднему 2, который использует заслон линейного 5 и завершает атаку.

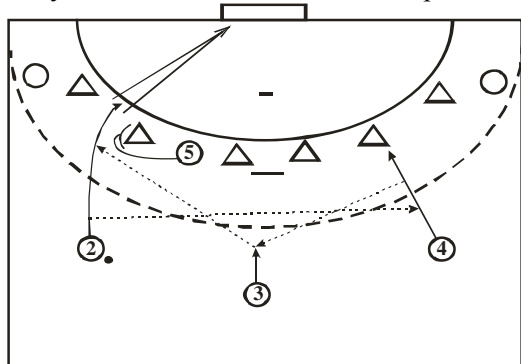


Рисунок 13

6. Правый полусредний 2 (рис. 14) отдает мяч крайнему 3, а сам уходит в линию «под» левого полусреднего. Место его занимает разыгрывающий 4. Крайний 3 входит в «коридор» (со встречными

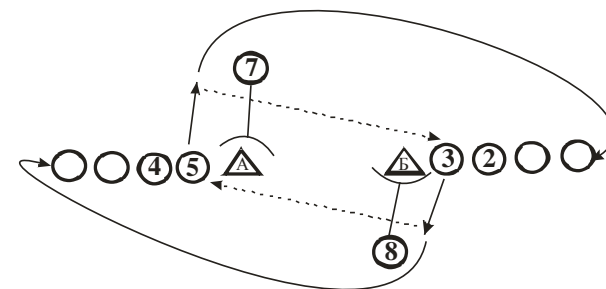


Рисунок 35

### Задание 2

1. Построение защитников «6-0». Нападающие в двух колоннах. Нападающие без мяча препятствуют выходу защитников вперед, т.е. ставят внутренний заслон. Нападающие с мячом имитируют бросок в прыжке перед каждым защитником. Защитники, вступая в единоборство с нападающим без мяча, обходят их и препятствуют выполнению атакующих действий игроков с мячом (рис. 36).

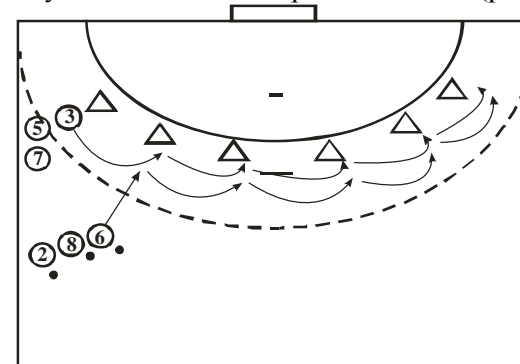


Рисунок 36

2. При игре в одни ворота нападающие имеют численное преимущество в одного игрока. Необходимо забросить наибольшее количество мячей в ворота соперника за 3 мин при условии, что бросок мяча в ворота выполнен после заслона.

### Задание 3

1. Игроки располагаются в двух колоннах на обеих сторонах площадки слева от площади вратаря. Перед ними за средней линией два игрока, один из которых защитник. Игрок отдает мяч вратарю, получает его обратно в движении к центру площадки, передает его своему партнеру у средней линии и продолжает быстро перемещаться в сторону противоположных ворот. Игрок,

вперед, делает финт броском и принимает решение по ситуации - либо выполняет бросок в ворота, либо отдает мяч одному из игроков 4 и 5 (рис. 33).

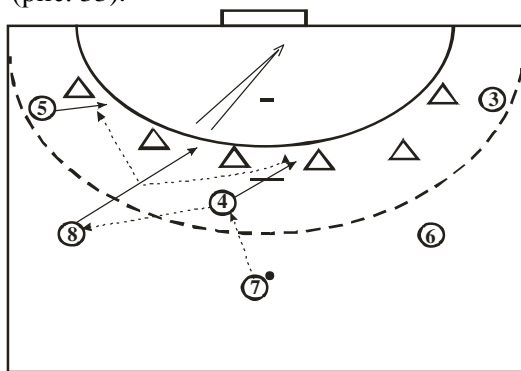


Рисунок 33

2. То же в другую сторону.

### Совершенствование заслона

#### Задание 1

1. Игроки располагаются в две колонны лицом друг к другу и выполняют встречную передачу мяча. После передачи игроки ставят заслон у стойки, а затем занимают место замыкающего в противоположной колонне (рис. 34).

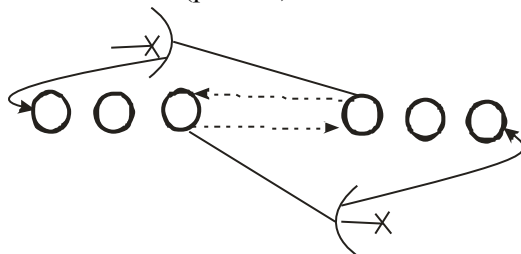


Рисунок 34

2. Игроки располагаются в двух встречных колоннах. Перед направляющими стоят защитники 3 и 4. Мячами владеют направляющие 6 и 11. По сигналу игроки 5 и 10, стоящие в стороне, ставят заслоны защитникам 3 и 4. Игроки в колоннах уходят в сторону заслона и после этого выполняют передачи направляющим противоположных колонн. После передачи ставят заслон защитникам, а затем занимают места замыкающих в противоположных колоннах и т.д. (рис. 35).

передачами с игроком 4), а затем резко переводит мяч набегающему от боковой линии полусреднему 5, выпрыгивающему на бросок раньше, чем защитники успевают поставить блок.

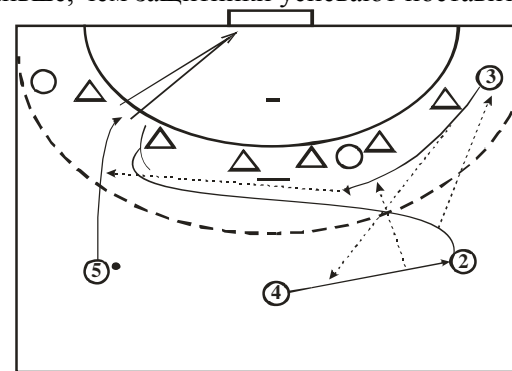


Рисунок 14

Каждую из этих комбинаций можно исполнять в любую сторону. Кроме того, преподаватель может разработать аналогичные комбинации в зависимости от возможностей конкретных игроков.

Если в команде нет мощных бомбардиров, но она располагает игроками, уверенно завершающими атаки с позиций передней линии, то тактический арсенал такого коллектива должен в большей мере предусматривать комбинации с завершающим броском от линии площадки вратаря. Приводим примеры.

1. В момент передачи мяча игроком 2 (рис. 15) игроку 3 крайний 4 отрывается от опекуна и без мяча входит в «коридор». В момент атаки игрока 3 (или 6) крайний использует заслон игрока 5, с противоположного края входит на место выходящего защитника, получает мяч и завершает атаку.

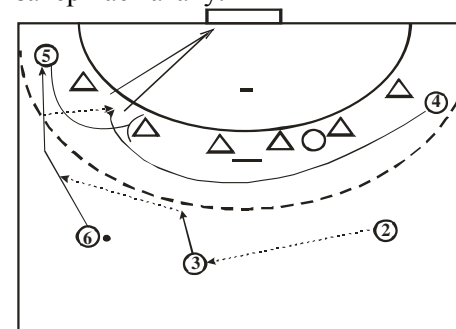


Рисунок 15

2. Разыгрывающий 2 (рис. 16) отдает мяч игроку 3, а сам входит в «линию». Игрок 3 атакует, «стягивая» на себя защиту, и переводит мяч полусреднему 4, который с ходу с финтом уводит (в сторону фланга) выходящего защитника. Одновременно линейный нападающий 5 выбегает из-под заслона разыгрывающего, получает мяч от полусреднего 4 и завершает атаку.

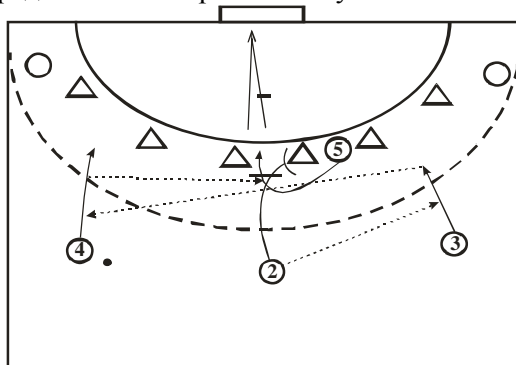


Рисунок 16

3. Крайний 2 (рис. 17), усыпив бдительность опекуна, передает мяч полусреднему 3 и резко убегает в «коридор» без мяча. Игрок 3 переводит атаку на набегающего игрока 4. Сюда же смещается и защита. Используя заслон линейного, крайний получает мяч и завершает атаку «с линии».

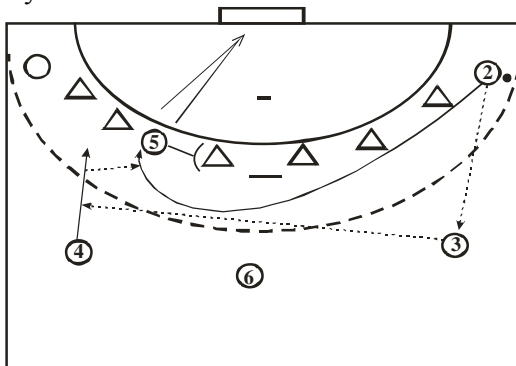


Рисунок 17

4. Крайний 2 с мячом (или без мяча) входит в «коридор» (рис. 18). Мяч передается разыгрывающему 3, затем правому полусреднему 4. Тот смещается в сторону края и неожиданно переводит мяч набегающему левому полусреднему 5. К этому моменту игрок 2 вбегает на место защитника, выходящего на

возвращает мяч игроку 4, который принимает решение по ситуации: либо атакует и бросает мяч в ворота, либо передает мяч одному из игроков 7, 5, 2 (рис. 31).

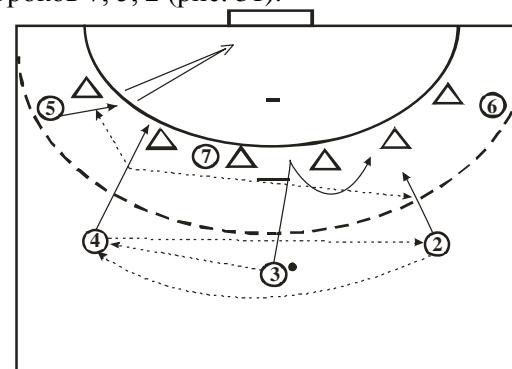


Рисунок 31

2. То же в другую сторону.

Задание 4

1. Игрок 2 передает мяч игроку 6, бежит вперед, получает мяч обратно. С ним начинают движение одновременно три игрока 3, 4 и 7. Нападающий 3 движется скрестно с игроком 2; игрок 7 – вдоль площади вратаря, проходит между защитниками 3 и 4 и занимает позицию за спиной защитника 4. Игрок 2 в движении принимает решение по ситуации: бросает мяч в ворота или передает мяч одному из игроков – 7, 4, или назад игроку 3 (рис. 32).

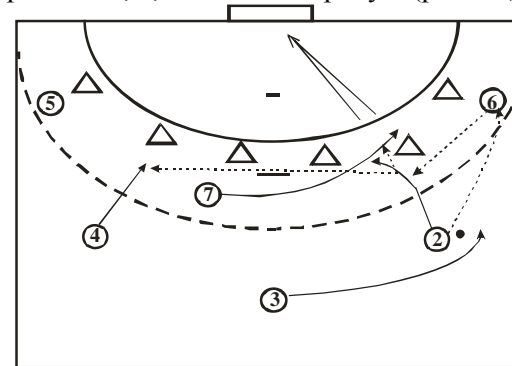


Рисунок 32

2. То же, но в другую сторону.

Задание 5

1. Игрок 7 передает мяч игроку 4. Игрок 4 передает мяч игроку 8 и продвигается к центральному защитнику. Игрок 8 ведет мяч

дальнейшем нападающий 3 передает мяч нападающему 2, а защитники меняются функциями (рис. 29).

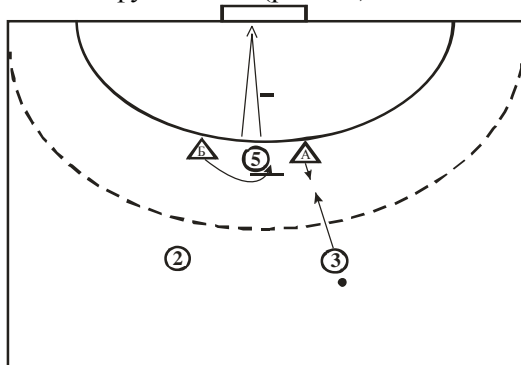


Рисунок 29

2. То же, но с участием трех защитников и четырех нападающих.

3. То же, но в другую сторону.

Задание 2

1. Игрок 7 передает мяч игроку 4 и двигается к площади вратаря, 4 передает мяч игроку 8 и продвигается вправо вперед. Игрок 8 с мячом продвигается вперед и выполняет финт броском, а игрок 5, получив мяч, выполняет бросок в ворота (рис. 30).

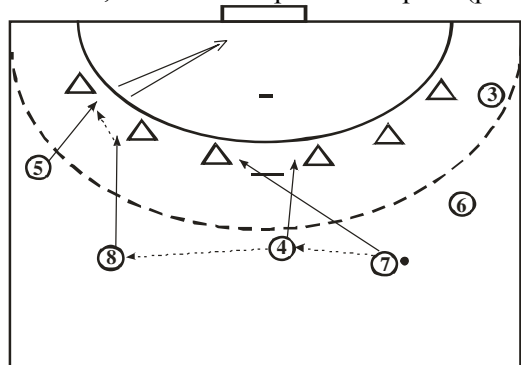


Рисунок 30

2. То же, но в другую сторону.

Задание 3

1. Нападающий 3 передает мяч игроку 4 и, продвигаясь к площади вратаря, занимает позицию у линии между 3 и 4 защитниками. Игрок 4 отдает мяч игроку 2. В этот момент игрок 5 должен сместиться вправо (в сторону передачи). Игрок 2

игрока 5, получает мяч и завершает атаку броском с линии.

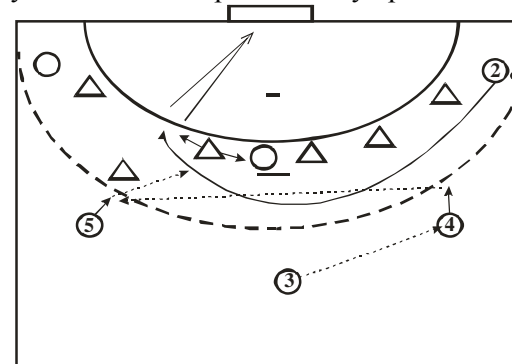


Рисунок 18

5. Полусредний 2 (рис. 19) набегает по своему месту (с мячом) издали, резко отдает мяч разыгрывающему. Продолжая набегание и смещаясь ближе к полусреднему 4. Разыгрывающий 3 так же быстро отдает ему мяч. Игрок 4 максимально «смещает» защиту на себя, сближаясь с ней, и в последний момент передаст мяч игроку 2, который во время предыдущих передач слегка отошел назад и в сторону, а теперь тоже набегает. Получив мяч, игрок 2 уходит в сторону фланга. Линейный игрок 5 отсекает для полусреднего 2 второго от края защитника, таким образом, освобождается крайний нападающий от опекуна, и завершает атаку броском (с угла).

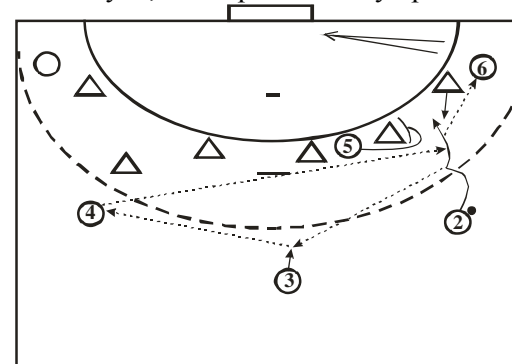


Рисунок 19

6. Мяч быстро переводится с края на край. Игрок 2 (рис. 20) передает его после финта и «стягивания» защиты на свой край. В момент передачи мяча игроком 3 через центрального игрока 5, разыгрывающий 4 входит в линию между вторым и третьим защитниками. Далее мяч получает крайний 6. Финтом или прямой

атакой он «стягивает» на себя крайних защитников и обратным пасом создает игроку 5 возможность атаковать (с использованием заслона) игрока 4. Разновидностью концовки может быть и вбегание под заслон линейного 7, получающего мяч непосредственно от игрока 5 (без передачи крайнему нападающему).

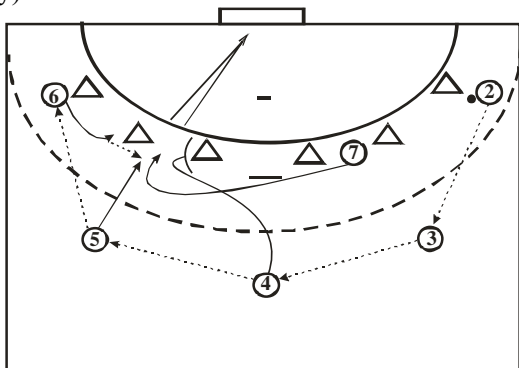


Рисунок 20

В командах с равным составом завершающую часть выполняет (в целях разнообразия игры и более четкого управления командой) определенный игрок. Поэтому приводимые ниже комбинации должны быть четко отработаны в каждой команде.

Комбинация для игрока «А» (рис. 21). Игрок 2 входит в край и ставит заслон защитнику. Крайний 3 с мячом входит в «коридор» и резко передает мяч игроку 4, а сам ставит заслон следующему по линии игроку, защитнику.

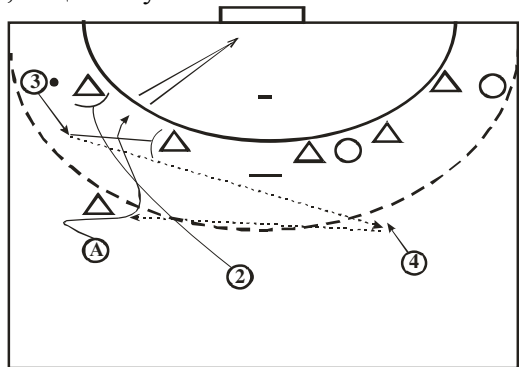


Рисунок 21

Игрок 4 обратным пасом переводит мяч игроку «А», который должен теперь обыграть опекуна (и тем открыть себе путь к

передвижение с игроком 8 и получает от него мяч. Игроки 7 и 4 применяют скрестное перемещение и разводят защитников. Нападающий 6, исходя из ситуации, принимает решение: бросает мяч в ворота или передает мяч одному из игроков 4, 7 или 8 (рис. 28).

2. То же, но в другую сторону.

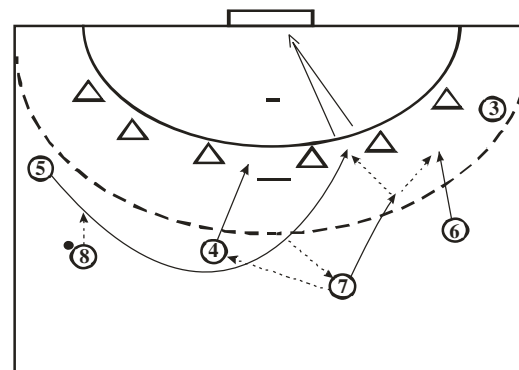


Рисунок 27

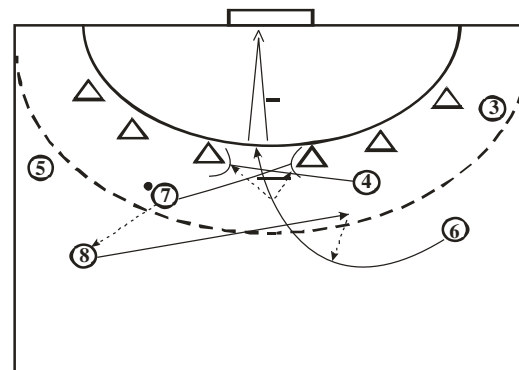


Рисунок 28

### Совершенствование параллельного взаимодействия

#### Задание 1

1. Два защитника располагаются против трех нападающих. Нападающий 3 выполняет атаку в сторону защитника А. Защитник А выходит вперед и активно опекает своего подопечного. Защитник Б старается занять предпочтительную позицию по отношению к нападающему 5 и активно препятствовать его действиям. В



## 7.2.2 Совершенствование групповых действий

### Совершенствование скрестного взаимодействия

#### Задание 1

1. Два игрока располагаются у линии площадки вратаря в центре на расстоянии 4–5 м друг от друга спиной к воротам. У каждого мяч. Две группы располагаются у боковых линий лицом к защитникам, направляющие игроки боковых колонн одновременно двигаются навстречу вдоль линии свободных бросков, получают мяч от первого игрока и, продолжая двигаться вперед, выполняют кистевую передачу второму. Далее уходят в конец противоположной колонны

2. То же, но между двумя игроками, стоящими у линии площадки вратаря, располагается защитник. Защитник сопровождает нападающего и мешает ему выполнить точную передачу мяча.

#### Задание 2

1. Нападающие располагаются в двух колоннах, напротив одной колонны защитник. Нападающие колонны 2 передают мяч направляющему колонны 1, который быстро перемещается вдоль линии свободных бросков. Получив мяч, игрок выполняет обводку защитника в любую сторону и бросает мяч в ворота. Упражнение выполняется справа и слева от ворот

2. То же, но два нападающих на месте полусредних. Нападающие с мячами, перемещаются слева направо вдоль линии свободных бросков. Защитники активно противодействуют им. Игрок, использовав в атаке ведение мяча, передает его игроку второй линии и, получив мяч обратно, завершает атаку

#### Задание 3

1. Игрок 7 передает мяч игроку 4, который отдает его игроку 8. В этот момент игрок 5 продвигается вправо вдоль линии свободных бросков и получает мяч от игрока 6, а игрок 4 перемещается вправо к площадке вратаря. Игрок 5, продвигается к центру, отдает мяч игроку 7, а сам выходит к 6-метровой линии. Игрок 7 принимает решение по ситуации: либо бросает мяч в ворота, либо отдает одному из игроков – 4, 5, 6 (рис.27).

2. То же, но в другую сторону.

#### Задание 4

1. Игрок 7 передает мяч игроку 8, который быстро продвигается с ведением мяча к воротам. Игрок 6 выполняет скрестное

воротам). Если обыграть опекуна не удастся, то следует передать мяч игрокам 2 или 3, опекуны которых будут озабочены подстраховкой защитника, опекающего нападающего «А».

Комбинация для игрока «Б» (рис. 22). Игрок «Б» получает мяч с левого фланга и имитирует атаку по центру, отдавая мяч полусреднему 2, который уже начал смещение в сторону фланга. Одновременно крайний нападающий 3 вбегает между крайними защитниками, ставя заслон второму из них. Игрок 2 уводит крайнего защитника в угол и передает мяч выбегающему из-под заслона игроку «Б», который и завершает комбинацию.

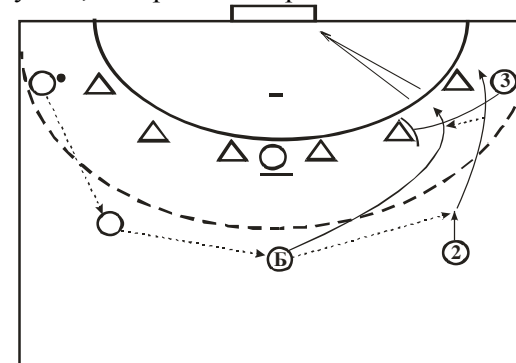


Рисунок 22

Комбинация для игрока «В» (рис. 23). Мяч последовательно передается с края игроками 2–4. Игрок 4 ведет его в противоположный край. Навстречу (как бы для смены мест) без мяча идет, ставя заслон третьему защитнику, крайний нападающий 5. Теперь синхронно действуют игроки в, 5 и «В» Игрок 4 передает мяч набегающему игроку 5, а «В» выбегает из-под заслона, получает мяч от игрока 5 и врывается в линию для завершающего броска.

Комбинация для игрока «Г» (рис. 24). Игрок 2 с мячом смещается влево, ставит заслон выдвинутому защитнику (или персональному опекуну игрока 3) и передает мяч игроку 3. Одновременно с края резко входит в «коридор» игрок «Г». Получив мяч от игрока 3, игрок «Г» резко переводит его набегающему полусреднему 4, а тот стремительно врывается между заслоняющим линейным нападающим 5 и выходящим защитником – игроку «Г», который и завершает атаку броском с линии.

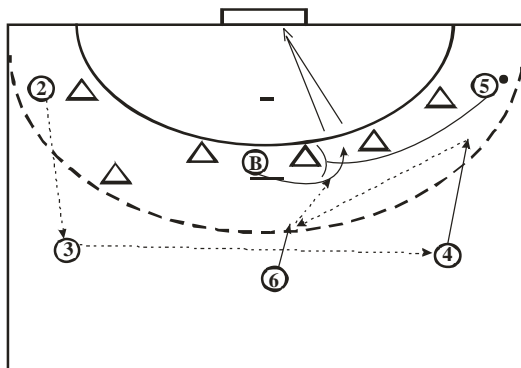


Рисунок 23

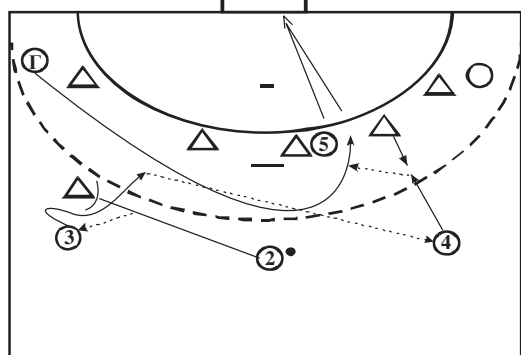


Рисунок 24

Комбинации при девятиметровом свободном броске. В центре (рис. 25): трое нападающих становятся в центре, мяч у игрока 6. Он вводит его, передавая игроку 5, который с разбега выпрыгивает у девятиметровой линии и выполняет бросок в ворота. Игроки 4, 6, 7 при этом устремляются вперед и блокируют защитников. Игрок 7 стремится открыться вправо для получения мяча. Если игрок 5 не может атаковать, мяч будет передан игроку 7 и он завершит комбинацию.

На фланге (рис. 26): игроки 3, 5 и 6 становятся на фланге для выполнения свободного броска. Мяч вводит игрок 5, передавая его игроку 3. Сразу же игрок 6 устремляется на край и ставит там заслон для игрока 5. Игрок 3 имитирует атаку ворот, но мяч передает на край, где игрок 5 и завершает комбинацию броском в ворота.

1. Расположение игроков в две колонны лицом к воротам, два защитника на расстоянии 7 м. Атаку начинает игрок 1 первой колонны, после имитации броска и обводки он выполняет передачу игроку 1 второй колонны. После передачи мяча игроки нападения переходят в другую колонну. Защитники активны

2. Упражнение выполняется в тройках, игроки располагаются на одной линии, расстояние между ними 3-4 м. Крайние игроки владеют мячами. Игроки 1 и 2 выполняют 4-5 передач с максимальной быстротой. Затем игрок 2 поворачивается, получает мяч от другого крайнего, обходит его, поворачивается и передает ему мяч и т.д.

#### Задание 9

1. Двое стоят в затылок друг другу. По сигналу - рывок вперед, бегущий сзади пытается обогнать партнера. Передний препятствует этому, не поворачиваясь лицом к партнеру.

2. И.п. - то же, но игроки располагаются лицом друг к другу (один бежит спиной вперед).

3. Нападающий, продвигаясь от лицевой линии к центру, используя обманные движения, стремится обойти защитника. От центральной линии оба игрока выполняют рывок, применяя различные способы перемещения по заданию тренера (бег, бег приставными шагами, бег спиной вперед).

#### Задание 10

1. И.п. – спиной друг к другу, захват в локтевых суставах. Выполнение отвлекающих действий в любую сторону, партнер реагирует.

2. Игроки располагаются в тройках. В каждой тройке мячом владеет игрок, которого партнер держит за талию. Нападающий передает мяч игроку напротив и, преодолевая сопротивление партнера, овладевает вновь мячом, переданным ему игроком и, выполняя финты, обводит его.

3. Нападающий выполняет финт броском - уход - бросок в прыжке. Защитник оказывает активное сопротивление.

### Задание 5

1. Две колонны нападающих стоят напротив двух защитников, находящихся У площади вратаря. Передние игроки, владеющие мячами, выполняют несколько передач защитникам и после одной из них, используя финты, обыгрывают их. После обводки занимают место в конце колонны.

### Задание 6

1. Игроки располагаются в шеренгу, расстояние между ними 5-6 м, у каждого мяч. По сигналу все выполняют прыжок вверх, согнув ноги с одновременным ударом мяча об пол. Овладев мячом, игроки выполняют рывок, финт и имитацию броска мяча в ворота.

2. У каждого игрока мяч. Игроки имитируют бросок мяча в ворота, а затем выполняют финт и рывок и т.д.

3. Игроки в парах перемещаются вдоль гандбольной площадки и передают мяч друг другу, уменьшая и увеличивая расстояние между собой. Достигнув центральной линии, один из них выполняет функции защитника, другой, используя финты, стремится обойти его.

4. Два игрока располагаются на расстоянии 5-6 м друг от друга, один владеет мячом. По сигналу игроки, сближаясь, выполняют 3-4 передачи в быстром темпе. После 3-й или 4-й передачи игрок, получивший мяч, выполняет финт, ведение мяча и имитацию броска в ворота. После имитации броска игроки меняются ролями.

### Задание 7

1. Упражнение выполняется в тройке. Расстояние между игроками 3-4 м. Один без мяча (защитник) стоит напротив двоих с мячами. Первый с мячом обводит защитника. После выполнения защитных функций игрок продолжает движение вперед, получает мяч от второго и, используя обводку, обходит его. Затем упражнение повторяется.

2. И.п. - то же. Игрок без мяча продвигается вперед, получает мяч от первого партнера, обводит его и отдает ему мяч. Упражнение выполняется в обратную сторону. После 4-6 раз игроки меняются местами.

3. И.п. – то же, но мячом владеет один игрок, который стоит напротив. Он с помощью финтов обводит первого, а затем второго партнера, первый партнер - пассивная защита, второй - активная.

### Задание 8

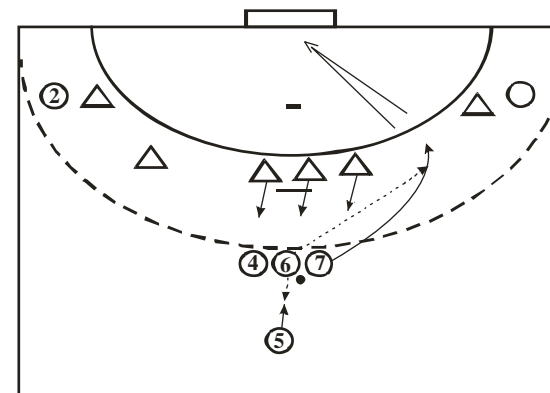


Рисунок 25

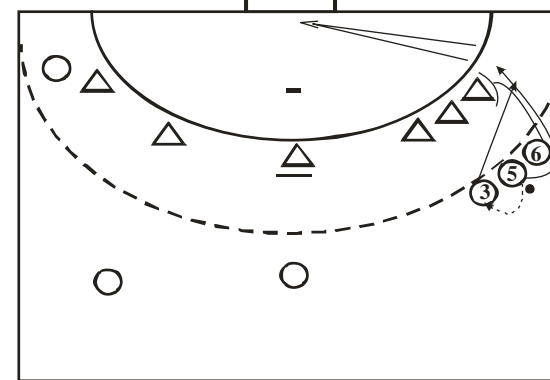


Рисунок 26

## 7 Методика обучения и совершенствования тактики нападения

### 7.1 Обучение тактике нападения

Обучение индивидуальным тактическим действиям начинается вместе с изучением приемов техники. Преподаватель, знакомя с приемом, должен рассказать ученикам о его назначении и применении в игре. Когда основы движения достаточно усвоены в простых условиях, их усложняют введением различного рода помех. На поиск рациональных способов преодоления этих помех и должна быть направлена тактика.

Для обучения индивидуальным тактическим действиям необходимо выполнять упражнения с элементами единоборства. Обучение тактике броска осуществляется в следующей последовательности. Первая тактическая задача - обыгрывание в единоборстве вратаря. Для ее решения занимающийся должен предварительно получить теоретические знания об игре вратаря и о смысловой связи действий вратаря и нападающего. Очень важно, изучая технику бросков с различными траекториями полета мяча, знать: 1) трудности, которые создает то или иное направление полета мяча; 2) наиболее уязвимые места в защите вратаря (над головой углы ворот, на уровне таза; 3) наиболее уязвимые места вратаря при бросках с определенных игровых позиций. Совершенствование броска, подбор упражнений должны идти с учетом всех трех компонентов.

Вторая тактическая задача - обыгрывание в единоборстве защитника. И в этом случае занимающийся должен получить от тренера сведения о значении способов и вариантов броска (сбоку, с наклоном туловища и т.п.). Кроме того, нападающий должен знать наиболее целесообразные направления броска относительно защитника (около головы, около туловища, под поднятыми руками) и пытаться маскировать свои действия обманными движениями. Сначала броски производят в пустые ворота с задачей обыграть противника. Далее в воротах устанавливают мишени, которые надо поразить, обыгрывая защитника. В упражнении уточняют расстояние до защитника, которое необходимо соблюдать нападающему, применяя наиболее рациональные способы броска, в зависимости от поведения защитников.

Следующая задача - обыгрывание одновременно защитника и вратаря. В упражнениях такой направленности занимающийся решает две задачи, но с конкретным вариантом выбора рационального решения в каждой. Теоретической предпосылкой для практического осуществления действия будут служить знания о двух вариантах броска с закрытой позиции.

При обучении применению передачи необходимо решить следующие задачи.

1. Вместе с изучением техники передач у занимающихся необходимо формировать понятия о том, какое преимущество имеет тот или иной способ передачи. Это создает предпосылки для осмысленного применения каждого способа передачи в

влево и уходит вправо. Защитник реагирует.

4. То же. Нападающий имитирует передачу влево, уход вправо и уходит влево.

5. Нападающий имитирует передачу мяча вправо, двухшажный уход влево и уходит вправо.

6. То же. Нападающий выполняет имитацию передачи влево, двухшажный уход вправо и уходит влево.

#### Задание 3

1. Три-четыре защитника продвигаются в медленном темпе друг за другом на расстоянии 5-6 м. Игрок с мячом, перемещаясь навстречу, выполняет перед каждым защитником финт. Пройдя последнего защитника, он передает мяч направляющему колонны и становится защитником.

2. То же, но защитники перемещаются спиной вперед. Упражнение можно выполнить с активными и пассивными действиями защитников.

3. Выполнение различных финтов с использованием стоек или макетов.

#### Задание 4

1. Упражнение выполняется в парах. Игроки стоят на расстоянии 3,5-4 м друг от друга. Один из них владеет двумя мячами и держит их в руках, расставленных в стороны. Партнер следит за игроком, владеющим мячами. Игрок опускает один из мячей, а его партнер движется в сторону падающего мяча, не давая ему дважды коснуться пола. После овладения мячом игрок выполняет любой способ обводки и уходит под руку партнера, в которой тот держит мяч.

2. Упражнение выполняется в парах. Один игрок лежит на площадке, второй стоит на расстоянии 6-8 м от первого и владеет мячом. Игрок, владеющий мячом, катит его в сторону лежащего партнера, который должен быстро встать, овладеть мячом и, используя финт, обойти своего партнера.

3. Упражнение выполняется в парах. Один из игроков владеет мячом. Расстояние между игроками 3-4 м, партнеры стоят в затылок друг другу, мяч у впереди стоящего. По сигналу первый игрок прыгает вверх согнув ноги, передает мяч второму, стоящему сзади. После приземления первый поворачивается лицом к партнеру и выполняет функции защитника. Вторым, овладев мячом и используя финты, пытается обойти защитника и т.д.

комбинаций. Разучивать их рекомендуется с развитием действия как в одну, так и в другую сторону, как на одной, так и на другой стороне площадки.

Обучение стремительному нападению начинается с освоения «отрыва». Сначала гандболисты выполняют упражнения без сопротивления противника, осваивая взаимодействие с партнером в поле и с вратарем. Далее в упражнение вводится пробник. Например, две команды ведут игру на одной площадке (одни нападают, другие защищаются). Игроки команды, которая владеет мячом, после нескольких передач несильно посылают мяч в ворота. Вратарь, завладев мячом, ищет для передачи мяча партнеров, убегающих в сторону чужих ворот. Если партнеры вратаря не «оторвутся» от защитников, им придется прорываться к воротам, применив серию передач между собой. Так обучают «прорыву», уточняя наиболее выгодные моменты взаимодействий.

## 7.2 Совершенствование тактики нападения

### 7.2.1 Совершенствование индивидуальных действий

#### Задание 1

1. Игроки располагаются в колонну. Каждый игрок владеет мячом. Замыкающий по сигналу обегает впереди стоящих по «змейке», перекладывая мяч из руки в руку вокруг туловища и становится впереди колонны.

2. То же. Мяч должен находиться в дальней руке от игрока, которого обходит.

3. То же. Впереди стоящий при приближении к нему игрока выполняет шаг влево или вправо. Перемещающийся игрок должен обойти его с другой стороны.

#### Задание 2

1. Игроки располагаются в парах лицом друг к другу. Один из игроков выполняет любой прием, другой повторяет действия первого.

2. Защитник и нападающий располагаются друг против друга на расстоянии 2-2,5 м. Нападающий с мячом выполняет различные финты с использованием ведения мяча. Пробежки недопустимы. Защитник должен реагировать.

3. Нападающий с мячом имитирует передачу вправо, уход

подходящей игровой ситуации. Занимающимся необходимо знать, какова должна быть быстрота, скрытность, точность, дальность передачи тем или иным способом.

2. Передача с точки зрения тактики – это средство, объединяющее гандболистов в единую систему действий. Поэтому дальнейшее изучение применения передач пойдет по пути формирования понятия о более рациональных способах передачи мяча при различном расположении партнеров (о поступательной, встречной, сопровождающей передачах).

3. Следующей задачей в изучении тактики применения передач будет освоение скрытой передачи, т.е. гандболист должен научиться маскировать свой замысел при выполнении передачи. Для этого в упражнение вводятся помехи. Сначала нападающие действуют в большинстве. Основное направление обучения - в создании представления, как вдвоем обыграть одного защитника, а втроем – двух. Занимающиеся должны усвоить, что передавать мяч партнеру нельзя, если противник находится на воображаемой линии между ними. Нужно искать позицию, чтобы он находился вне этой линии и желательно ближе к передающему игроку. В таком упражнении гандболист сам начинает создавать условия для передачи мяча партнеру, предугадывая расположение партнеров и расположение противника относительно их. Эти упражнения можно считать подводящими для изучения групповых действий.

Обучение финту и уходу проводят в упражнениях, предусматривающих единоборство.

Сначала обучение идет с обыгрыванием пассивного защитника. При этом ставится задача, указываются направление движения и способ обыгрывания. Далее занимающийся чередует способы обыгрывания для решения одной и той же задачи, находит варианты как направления движения, так и сочетаний обманных действий. Далее можно включать в упражнение активного защитника, чтобы выбор действия нападающего диктовался его поведением. Совершенствование финта и ухода продолжается в групповых взаимодействиях. При этом упражнения надо подбирать так, чтобы гандболист мог применить финт в различных ситуациях, ставя перед собой и осуществляя конкретную задачу. Например: а) нападающий владеет мячом, применив финт, совершает уход от противника и бросок в ворота; б) нападающий не владеет мячом, применив финт, делает уход,

ловит мяч и производит бросок.

Открытый уход совершенствуют в упражнениях вместе с применением финта, а скрытый требует специфических ситуаций. Поэтому обучение скрытому уходу ведется в игровых упражнениях, где ориентиром служит игрок, владеющий мячом. Обучение групповым действиям необходимо строить на базе подводящих упражнений на ориентировку. Такими упражнениями могут служить передачи мяча между партнерами с одновременным перестроением. Причем перестроение игроков может идти в различных направлениях: как вслед за мячом, так и в противоположную от мяча сторону. Сначала такое упражнение группа выполняет, передавая один мяч, а затем вводятся два и более мячей. Это заставляет гандболистов быть предельно сосредоточенными и распределить свое внимание сразу на несколько объектов. В таких упражнениях совершенствуются внимание, восприятие, мышление, память. Когда у гандболиста сформировались понятия о том, как обыграть противника в большинстве, можно переходить к разучиванию основных групповых взаимодействий, в которых количество нападающих и защитников равно.

После объяснения и показа изучаемое действие выполняется в упрощенных условиях. Однако необходимо сохранить ту обстановку, в которой это действие обычно применяется в игре. Например, проводить разучивание на размеченной гандбольной площадке, на определенной позиции, места защитников должны быть отмечены стойками или пассивно стоящими игроками.

Начинать обучение надо с применения поточных упражнений. Далее взаимодействие разучивается в целом. После неоднократного повторения действия в упрощенных условиях вводятся малоактивные защитники. Когда действие с пассивной защитой на различных позициях (в центре, на краю и т.д.) будет усвоено, можно вводить активное сопротивление. Это заставит занимающихся делать выбор, кому завершить атаку. Строгое заучивание последовательности действий позволит выработать стереотип действий в конкретной ситуации. Далее, соединяя уже освоенные индивидуальные и групповые действия, приступают к разучиванию комбинаций.

Обучение командным действиям проходит вместе с обучением групповым. При обучении позиционному нападению

занимающиеся усваивают понятия о расстановке на площадке, о функциях разыгрывающих, крайних, игроков у линии. На основе групповых взаимодействий разрабатываются комбинации для определенных исполнителей. Причем сначала гандболистов знакомят со всей схемой комбинации, затем уточняют отдельные звенья и снова сводят воедино действия всех игроков.

Коллективная тактика в своей основе опирается на индивидуальную техническую и тактическую подготовку. Тактика в учебном процессе выступает как средство повышения и совершенствования технической подготовки игрока в условиях, максимально приближенных к игровым. С другой стороны, усложнение условий выполнения технических приемов, приближение этих условий к игровым есть не что иное, как решение задач начальной тактической подготовки. Такими простейшими упражнениями технико-тактического плана будут сочетания в передачах, ведении, перемещениях игроков, бросках в ворота, финтах.

Следующим этапом обучения будет отработка взаимодействия между игровыми парами нападающих (край – линия, полусредний – центр и т. д.). Теперь различные передачи и перемещения игроков рассматриваются как подготовительные для исполнения определенной игровой связки, заканчивающейся броском в ворота. Условия выполнения упражнений и игровые места учеников постоянно должны меняться. Полезнее всего подобные действия отрабатывать и закреплять в игровых упражнениях на одни ворота мини-командами от двух до шести игроков.

Обучение комбинационной игре, выполнению отдельных комбинаций следует начинать с теоретических занятий, ознакомления с рисунками, схемами, с детального ознакомления с частными задачами отдельных игроков и их взаимодействий. После этого комбинации последовательно выполняются в замедленном темпе, более быстром, с пассивной, полуактивной и активной защитой, в одни ворота, в двухсторонних играх и, наконец, в товарищеских встречах.

При составлении комбинации тренер должен опираться на знание правил командных действий. Зная первоначальную расстановку игроков команды, четко представляя закономерности индивидуальных и групповых действий, можно создать множество