

Министерство образования Республики Беларусь  
Учреждение образования  
«Брестский государственный университет  
имени А.С. Пушкина»



**БРЕСТ**

**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ  
ФОРМИРОВАНИЯ  
И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ**

**СБОРНИК НАУЧНЫХ СТАТЕЙ**

Министерство образования Республики Беларусь  
Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина  
Управление по спорту и туризму Брестского облисполкома  
Сибирский федеральный университет (Красноярск, Россия)  
Российский государственный университет физической культуры,  
спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК, Москва, Россия)  
Университет имени Адама Мицкевича (Познань, Польша)  
Белорусский государственный университет (Минск, Беларусь)  
Барановичский государственный университет (Барановичи, Беларусь)  
Брестская областная организационная структура  
РГОО «Белорусское общество «Знание»»

# **СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ**

## **ЗДОРОВЬЕ-2019**

**Сборник  
научных статей**

Брест 2019

УДК 37.015.31:796(082)  
ББК 74.200.55я43

**Редколлегия:**

кандидат биологических наук, доцент А.Н. Герасевич (гл. редактор),  
кандидат педагогических наук, доцент А.А. Зданевич,  
кандидат педагогических наук, доцент А.В. Шаров,  
кандидат педагогических наук, доцент С.А. Ткаченко,  
И.А. Ножко, Е.Г. Пархоц

**Рецензенты:**

доктор биологических наук, профессор В.Ю. Давыдов;  
доктор педагогических наук, профессор В.А. Коледа

**С 56 Современные** проблемы формирования и укрепления здоровья (ЗДОРОВЬЕ-2019) : сборник научных статей / ред. кол. : А.Н. Герасевич (гл. редактор), А.А. Зданевич, А.В. Шаров, С.А. Ткаченко, И.А. Ножко, Е.Г. Пархоц. – Брест : Изд-во БрГТУ, 2019. – 417 с.

**ISBN 978-985-493-472-3**

В сборник включены статьи, представленные участниками из Беларуси, России, Украины, Латвии, Польши, Германии и Израиля на VII Международной научно-практической конференции «Здоровье-2019», посвященной 1000-летию Бреста. Материалы раскрывают антропологические аспекты физического развития, двигательной активности и здоровья детей дошкольного возраста, школьников и студентов, медико-биологические и экологические аспекты здоровьесформирующих технологий, физической культуры и массового спорта, психолого-педагогические, культурологические и социальные аспекты формирования здорового образа жизни, проблемы физической реабилитации и рекреации разных групп населения, научно-методическому обеспечению занятий по физической культуре, ЛФК и двигательной реабилитации с лицами разного возраста, имеющими отклонения в состоянии здоровья, а также проблемам подготовки специалистов с высшим образованием и кадров высшей научной квалификации в области физической культуры и спорта, оздоровительных технологий.

Материалы сборника предназначены специалистам, учителям и преподавателям дошкольных учреждений, школ и вузов, тренерам, валеологам, врачам, реабилитологам, научным работникам, аспирантам, магистрантам и студентам.

Ответственность за оформление и содержание материалов несут авторы.

УДК 37.015.31:796(082)  
ББ К 74.200.55я43

ISBN 978-985-493-472-3

© БрГУ имени А.С. Пушкина, 2019  
© Оформление. Издательство БрГТУ, 2019

УДК 796.332

## ЭФФЕКТИВНОСТЬ ДЕЙСТВИЙ ВРАТАРЯ КОМАНДЫ БГК-2 В ЧЕМПИОНАТЕ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Белый К.И., Курилик М.М., Приступа Н.И.

*Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина,  
Брест, Беларусь*

**Резюме.** Современный гандбол становится все более динамичной игрой, что дает возможность повышать ее зрелищность и зрительский интерес. Важно не только проводить красивые атаки, но и эффективно действовать в защите. В связи с этим особая роль отводится надежности игры вратарей.

**Ключевые слова:** мяч, бросок, техника, игрок, вратарь, эффективность действий

**Summary.** Modern handball is becoming an increasingly dynamic game, which gives an opportunity to increase its staginess and audience interest. It is important not only to carry out beautiful attacks, but also to act effectively in protection. In this regard, a special role is given to the reliability of the game of goalkeepers.

**Key words:** Ball, throw, technique, player, goalkeeper, efficiency of action

**Введение.** Гандбол на современном этапе становится все более динамичной и зрелищной игрой, которая происходит в рамках определенных международных правил. Основными компонентами игры являются физическая, технико-тактическая, морально-волевая и интегральная подготовки, представленные различным соотношением заданий на разных тренировочных этапах [2].

В ходе игры в гандбол можно наблюдать достаточно много эффектных комбинаций, стремительных атак и силовой борьбы. А игра вратаря с его умением отражать броски, брошенные соперником с различных позиций площадки и с разного расстояния и силы, вызывают у болельщиков много положительных эмоций. Для достижения высоких стабильных результатов полевым игрокам команд и вратарям требуется, кроме владения в совершенстве техникой игры, уметь своевременно, на высоком уровне, выполнять тактические приемы как в защите, так и в нападении, а также обладать высоким уровнем психологической подготовки и быть достаточно разносторонне физически подготовленным спортсменом.

Часто положительный результат определяется не большим количеством заброшенных мячей в атаке, а эффективностью защитных действий. Одним из основных компонентов, определяющих успешную подготовку хорошего вратаря, является техника и тактика защитных действий. Для успешной игры вратарь использует следующие игровые приемы и тактические действия: выбор позиции, передвижение в воротах, обманные действия, отражение бросков руками и ногами, задержание мячей, ловля и передача. Для поддержания динамики игры вратарь, как правило, организует атаку. Он – последний, кто может исправить ошибки защитников и повлиять на исход матча. Вратари только тогда способны выполнять свои функции полноценно,

когда они хорошо взаимодействуют с защитниками. Важной проблемой на современном этапе в подготовке вратарей является отсутствие тренеров-практиков, которые в свое время являлись вратарями. Часто, чтобы провести специальную тренировку с вратарем им не хватает набора упражнений [1].

Определяющее место здесь отводится надежности игры вратарей. Согласно статистическим данным прошедших последнее время международных форумов процент эффективности у вратарей ведущих сборных мира находится в пределах 35–40%.

*Цель работы* – определить эффективность действий вратарей команды БГК-2 за период с января по май 2019 г.

На период исследования были поставлены следующие задачи:

- изучить по доступным литературным источникам и другим средствам информации эффективность действий вратарей первой десятки мировых сборных;

- определить эффективность действий вратарей команды БГК-2 – студентов нашего вуза;

- сравнить полученные показатели у мужчин с аналогичными ведущих сборных Мира и Европы.

*Материалы и методы.* Для проведения исследования и получения результатов использовались следующие методы: анализ литературы и интернет порталы; видеорегистрация и анализ проведенных домашних матчей команды; методы математической статистики.

*Результаты и обсуждение.* В процессе работы нами были изучены действия вратарей мужских сборных Дании, Франции, Испании, Норвегии, Швеции и Хорватии при выступлении на Чемпионатах Мира (2018 год) и Европы (2019 год). Статистика анализа результатов показывает, что наиболее эффективно действовали вратари сборных Дании (Ландин – 41%), Франции (Омейе – 38%) и Норвегии (Мюрхол – 37%). В таком порядке эти сборные и размещались по итогам соревнований. Хорошая статистика игры вратарей ведущих команд Мира и Европы складывается не только с отраженных дальних бросков, но особенно после бросков игроками передней линии (крайних и линейного) и семиметровых штрафных бросков. Причем, особенно в этом компоненте преуспели вратари сборных команд Дании и Франции. Процент отраженных бросков с ближней дистанции и семиметровых штрафных бросков у них составил более 40%.

Сравнивая показатели игры вратарей ведущих стран Мира и Европы и вратарей команды БГК-2, нами установлено, что процент надежности в обоих случаях не имеет значимых различий. Однако, сложность и уровень отраженных бросков в изучаемых случаях достаточно разный.

Анализируя показатели действий вратарей команды БГК-2, мы определили, что процент эффективности у них был довольно высоким (Корсак –

35%; Усик – 33,5%). При этом следует отметить, что уровень игры вратарей ведущих сборных мира и команды БГК-2 существенно разный.

Для улучшения показателей эффективности игры вратарей при отражении бросков с различных позиций необходимо больше внимания уделять специфическим заданиям работы с вратарями. К числу таковых можно отнести следующие:

1. Вратарь стоит в воротах спиной к площадке. По команде тренера вратарь резко поворачивается и отражает бросок. Броски выполняются в разные углы ворот.

2. Вратарь стоит на гимнастическом мате. Четыре игрока с мячами стоят по сторонам мата и, по очереди, бросают мячи на мат. Вратарь должен быстро реагировать и в прыжке не давать мячам касаться мата.

3. Вдоль шестиметровой линии стоят шесть игроков с мячами. Каждый игрок имеет свой порядковый номер. Тренер в произвольном порядке называет номера игроков, которые выполняют бросок в ворота. Вратарь должен быстро ориентироваться и отражать броски.

4. Вратарь стоит в основной стойке, руки слегка согнуты в локтях и слегка опущены в низ, колени слегка согнуты, опора на передние части стопы. Игроки бросают мячи так, чтобы вратарь мог отражать их из основной стойки. После каждого выполненного броска вратарь должен вернуться в исходное положение. Для усложнения данного задания можно выполнять серии по три броска, следующих один за другим.

Систематическое применение в тренировочном процессе таких заданий поможет вратарям приобрести стабильность игры и повысить эффективность и надежность.

*Выводы.* Основываясь на полученных результатах, следует сделать некоторые выводы, которые могут способствовать росту показателей, надежности игры вратарей команды БГК-2:

- необходимо увеличить количество игровой практики у вратарей в подготовительном периоде;

- для повышения стабильности показателей нужно привлекать вратарей к тренировкам с основной командой БГК, где сила бросков и уровень мастерства игроков значительно выше.

#### *Список источников*

1. Техника и тактика игры вратаря в гандболе : учеб.-метод. пособие / С. В. Кот [и др.]. – Минск : БГУИР, 2007. – С. 5–6.
2. Свириденко, Г. В. Гандбол : обучающие игры и упражнения / пособие тренера ДЮСШ / Г. В. Свириденко, А. Л. Гречин. – Минск : Пачатковая школа, 2009. – С. 72–74.