

• **ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ, МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ
ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ**

- **THEORETICAL AND METHODOLOGICAL, MEDICAL AND BIOLOGICAL
AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE QUALIFIED SPORTSMEN**

УДК 796.322:796.093

**СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
КВАЛІФІКОВАНИХ ГАНДБОЛІСТОК**

Валерія ТИЩЕНКО

Львівський національний аграрний університет

Анотація. У цьому дослідженні розкрито структуру і зміст змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток, оцінено ефективність їх техніко-тактичних дій у нападі, що дозволило встановити відповідність наявної системи підготовки впродовж змагального макроциклу та доповнити знання щодо складових реалізації різних сторін підготовленості в змагальних умовах.

Виявлено рівень техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих гандболісток, встановлено характеристику реалізації кидків у змагальному макроциклі за ігровими амплуа, запропоновано заходи для поліпшення результативно-значущих техніко-тактичних дій кваліфікованих гандболісток у нападі.

Ключові слова: жіночий гандбол, змагальна діяльність, кваліфіковані гандболістки, техніко-тактичні дії.

Постановка проблеми. Фундаментальні дослідження теорії та методики підготовки спортсменів указують на те, що змагальна діяльність є системно-творчим чинником спорту [2, 3, 4]. Досягнення результату у змагальній діяльності неможливе без цілеспрямованого та науково обґрунтованого підходу до організації підготовки спортсменів. [5, 8].

Відповідно до цього зазначається, що структура та зміст процесу підготовки спортсменів повинна відповідати структурі та змісту їх змагальної діяльності. Не є винятком і процес підготовки спортсменів у гандболі [1, 2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед значної кількості науково-методичних розробок, які стосуються системи підготовки та показників змагальної діяльності ми не виявили достатньої кількості інформаційного матеріалу щодо кваліфікованих гандболісток [3, 8]. Більшість джерел містять невпорядковану інформацію з проблематики вивчення структури та змісту змагальної діяльності спортсменів різної кваліфікації [4, 6]. Це, передусім, пов'язане з особливостями функціонування жіночого організму, окрім того – відмінностями як у загальних, так і окремих показниках фізичного розвитку, а також передумовами до удосконалення фізичних якостей тощо.

На основі результатів численних досліджень [3, 4] встановлено, що найбільший вплив на результативність змагальної діяльності мають дії, які виконують гравці в нападі. Це було передбачуваним, адже за допомогою реалізації саме атаквальних дій команді нараховуються залікові очки. Деякі дослідження [7, 8] доводять вагомість вивчення саме атаквальних дій як визначення стилю командної гри.

Таким чином, вивчаючи це питання, ми дійшли висновку, що структура та зміст змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток потребує ґрунтовного дослідження. Додатковим чинником у необхідності проведення педагогічного спостереження в цьому напрямі була відсутність цілісних інформативних показників діяльності кваліфікованих гандболісток в умовах змагань рівня чемпіонату Суперліги України. Попередні наукові дані стосувалися переважно команд рівня дитячо-юнацьких спортивних шкіл та команд першої ліги України з гандболу.

Метою роботи є визначення структури та змісту змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток.

Методи наукового дослідження. Основним методом дослідження було педагогічне спостереження поряд з аналізом науково-методичної літератури та методами математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Виконуючи дослідження, яке пов'язане з аналізом структури та змісту змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток, ми зосередили основну увагу на результативно-значущих техніко-тактичних діях під час ігор.

Для отримання об'єктивної інформації в процесі дослідження ми реєстрували кількісні та якісні показники техніко-тактичних дій кваліфікованих гандболісток команди «Галичанка» у 35-ти іграх чемпіонату Суперліги України в сезоні 2005–2006 рр. До результативно-значущих показників техніко-тактичних дій зарахували кількість кидків по воротах із гри та відсоток їх реалізації, кількість семиметрових штрафних кидків і відсоток їх реалізації, кількість результативних передач і перехоплень, та інші корисні техніко-тактичні дії (блокування, вибивання й виривання м'яча тощо). Окрім цього, ми диференціювали результативні кидки по воротах, що відбулися після позиційного нападу та під час контратаки (табл. 1).

Таблиця 1

Результативно-значущі техніко-тактичні дії в нападі (сезон 2005–2006 рр.)

Показник	Кількість виконаних техніко-тактичних дій	
	за змагальний макроцикл	за гру
		M±m
1	2	3
Усього здійснено кидків по воротах	1585	45,2 ± 2,3
Реалізованих кидків:	816	23,3 ± 2,1
У позиційній атаці	471	13,4 ± 3,2
контратаці	288	8,2 ± 1,4
з семиметрового штрафного	57	1,62 ± 0,3
Реалізація кидків %	51,4 ± 5,1	
Виконаних 7-метрових штрафних кидків	83	2,4 ± 0,4
Перехоплення м'яча	104	3,0 ± 0,4
Результативні передачі	317	9,1 ± 1,2
Інші корисні ТТД у нападі	95	2,7 ± 1,1
Не реалізовані кидки по воротах:	743	21,2 ± 4,2
відбито воротарем	440	12,6 ± 3,0
блок, виконаний захистом	63	1,8 ± 0,3
кидок повз ворота	128	3,7 ± 0,5
потрапляння у штангу	112	3,2 ± 0,8
Нереалізовані 7-метрових штрафні кидки	26	0,7 ± 0,1

За результатами, поданими в таблиці 1, у змагальному макроциклі 2005–2006 рр. гандболістки команди «Галичанка» виконали 1585 кидків, у середньому 45,2 ± 2,3 кидка за гру. При цьому середній кількісний показник результативності у грі становив 23,3 ± 2,1 кидка. Під час дослідження ми зафіксували від 18 до 33 результативних кидків, що становило в середньому 51,4 ± 5,1 % реалізації. Проте такий рівень реалізації кидків, а відповідно і результативності атак (різного спрямування) є доволі низьким, як для команди, яка претендує на участь у змаганнях рівня Кубка Європи, Ліги чемпіонів тощо.

Оцінюючи структуру реалізації кидків у змагальній діяльності кваліфікованих гандболісток (рис. 1), можемо відзначити, що найбільший внесок у результат як окремих ігор, так і змагального макроциклу в цілому, зроблено за рахунок кидків із позиційної атаки (58,0%), на другому місці за вагомістю – кидки після контратаки (35,0%), а третє місце посідають кидки з 7-метрової лінії штрафного кидка (7%).

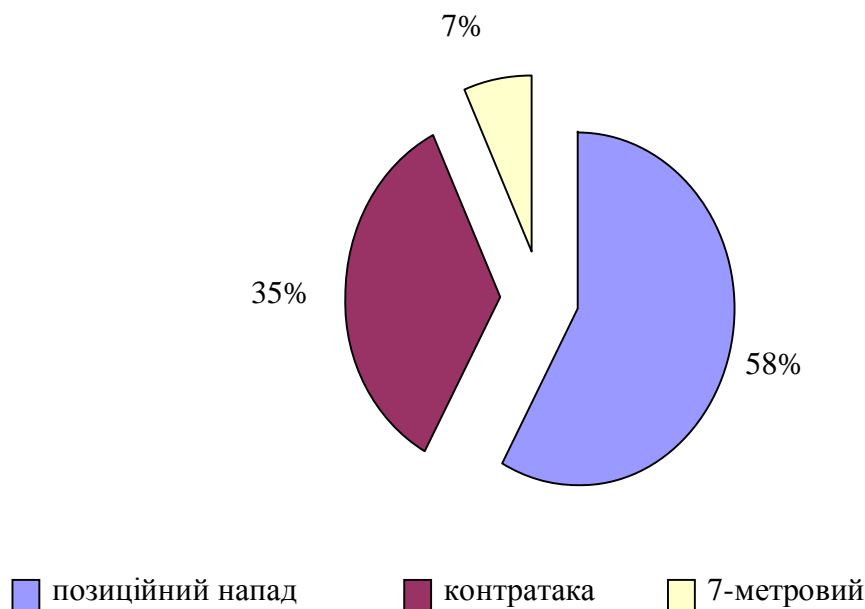


Рис. 1. Структура результативності кидків кваліфікованих гандболісток команди «Галичанка» в сезоні 2005–2006 рр.

Ці дані були очікуваними, оскільки, за результатами наукових досліджень, домінуючою формою атакуючих дій є саме позиційний напад, тоді як контратакувальні дії і семиметрові штрафні кидки є менш ефективними. Однак резерви для підвищення результативності контратакувальних дій та штрафних кидків без сумніву є. Тому для підвищення ефективності техніко-тактичних контратакувальних дій кваліфікованими гандболістками, а саме підвищення відсотку реалізації кидків у змагальній діяльності, необхідно удосконалити навчально-тренувальний процес упродовж змагального макроциклу.

Зазначимо, що виконання кваліфікованими гандболістками перехоплень м'яча (у середньому $3,0 \pm 0,4$ разу за гру), результативних передач (у середньому $9,1 \pm 1,2$ разу за гру), інших корисних дій (у середньому $2,7 \pm 1,1$ разу за гру) перебувало на відносно задовільному рівні. Хоча за цим показником також необхідне удосконалення навчально-тренувального процесу впродовж змагального макроциклу.

Ігрове амплуа командних видів спорту визначається змістом і суттю найхарактерніших ігрових дій у змагальній діяльності. Для гандболу також притаманний розподіл гравців за ігровим амплуа, зокрема виокремлюють: розігруючих, лінійних, півсередніх та кутових гравців.

Оцінюючи результативність атакуючих техніко-тактичних дій відносно ігрових амплуа ми натрапили на проблемність підходу в їх оцінюванні. Поясненням цього є те, що кваліфіковані гандболістки команди «Галичанка» проводили на майданчику різну кількість ігрового часу. Причинами цього могли бути об'єктивні моменти: отримання спортсменками травм, вилучення з гри, зміна тактичної схеми гри тощо, а також непередбачувані суб'єктивні чинники, які обмежували їх участь у змагальній діяльності. Зазначимо, що загальна кількість кваліфікованих гандболісток, залучених до дослідження, становила 34 особи, а саме: 7 лінійних, 11 півсередніх та по 8 кутових і розігруючих гравців.

Зважаючи на те, що в командах кваліфікованих спортсменок може бути різна кількість спортсменок та різна структура розподілу їх за ігровим амплуа, ми на підставі загальної тривалості, структури та змісту змагальної діяльності в гандболі та даних науково-методичної літератури вирішили фіксувати абсолютні показники виконаних результативно-значущих

техніко-тактичних дій за сумарними показниками не окремих гравців а групи гравців (окремих амплуа). Цей підхід використаний лише при аналізі змагальної діяльності та є припустимим [1, 5], враховуючи те, що впродовж змагального макроциклу відбувалася ротація складу команди за тривалістю присутності на ігровому майданчику. Окрім цього, такий підхід забезпечив об'єктивність у визначенні структури результативно-значущих техніко-тактичних дій безпосередньо гравців певного амплуа, оскільки були знівельовані часові показники перебування на майданчику (взято максимальний час – 60 хвилин), об'єктивно-суб'єктивні чинники присутності спортсменок у грі, обрані тактичні схеми гри [6, 7].

Проте при аналізі взаємозв'язків між показниками результативно-значущих техніко-тактичних дій у змагальній діяльності кваліфікованих гандболісток різного амплуа та інших сторін підготовленості до уваги бралися показники окремих спортсменок визначеного амплуа.

Слід підкреслити, що впродовж змагальних макроциклів 2005–2006 та 2006–2007 років до складу гандбольного клубу «Галичанка» належало 39 спортсменок. Проте показники тільки 34 із тих, хто перебував у складі впродовж усього дослідження, були внесені до основних результатів. Показники інших 5 спортсменок, які не брали участі у змагальній діяльності впродовж періоду дослідження, до уваги не бралися.

Проаналізуємо результативно-значущі техніко-тактичні дії кваліфікованих гандболісток різного ігрового амплуа (табл. 2). За даними таблиці 2, у змагальній діяльності кваліфікованих гандболісток команди «Галичанка» в іграх чемпіонату Суперліги України найбільшу кількість кидків по воротах (18,7±3,3 разу за гру) виконали півсередні гравці. Значно меншу кількість разів здійснили цю індивідуальну техніко-тактичну дію розігруючі та лінійні гравці (8,2 та 5,1 разу відповідно).

Таблиця 2

Структура результативно-значущих техніко-тактичних дій (ТТД) кваліфікованих гандболісток (за ігровим амплуа) у сезоні 2005–2006 рр.

Показник ТТД	Ігрове амплуа				Без врахування амплуа
	Кутовий (n=8)	Розігруючий (n=8)	Лінійний (n=7)	Півсередній (n=11)	
	M±m	M±m	M±m	M±m	
Усього здійснено кидків	13,2±2,4	8,2±2,2	5,1±1,6	18,7±3,3	11,3±2,3
Результативних кидків:					
у позиційній атаці	6,0±1,4	4,5±1,1	2,8±1,0	9,9±1,9	5,8±1,4
у контратаці	2,3±0,8	2,6±1,0	1,7±0,6	6,7±1,3	3,4±0,9
з 7-метрового штрафного	3,1±1,1	1,9±0,4	0,9±0,3	2,2±0,4	2,1±0,6
Результативність (%)	0,5±0,2	0	0,1±0,05	1,01±0,3	0,4±0,2
Зароблений 7-метровий штрафний	44,9±5,2	52,6±4,3	54,8±4,9	52,7±5,3	51,3±5,0
Перехоплення м'яча	0,8±0,3	0,3±0,1	0,6±0,1	0,6±0,2	0,6±0,2
Результативні передачі	0,7±0,2	0,6±0,2	1,2±0,2	0,4±0,1	0,7±0,2
Інші корисні ТТД	1,8±0,2	2,7±0,3	1,0±0,3	3,4±0,6	2,2±0,4
	1,1±0,4	0,6±0,3	0,4±0,2	0,5±0,3	0,6±0,3

Кутові гравці, виконуючи в середньому за гру 13,2 кидка, перебувають за цим показником на другому місці, у той час середній показник без врахування ігрового амплуа становить 11,3±2,3 кидка.

На нашу думку, такий розподіл виконання кидків серед представниць різного ігрового амплуа пояснюється спрямованістю й ситуаційною обумовленістю їх ігрових функцій. Наприклад, лінійні гравці розташовуються безпосередньо біля 6-метрової лінії (лінії воротарського майданчика) і їх основне завдання полягає у створенні загрози для взяття воріт із найближчої відстані, реалізуючи тактичні схеми нападу команди. Лінійні гравці постійно перебувають під опікою захисників команди суперника (одного, часто двох і навіть трьох), що значно обмежує можливість отримання та передачі м'яча, а особливо – виконання кидка по

воротах. Група фахівців зараховують змагальну роботу лінійних гравців до силового спрямування (боротьба за місце, за відскочений м'яч тощо) [7, 8].

Ігрові завдання розігруючих гравців є іншими. Ігрові функції цих гравців передбачають функціональну організацію гри у нападі, створення передумов для ефективної реалізації атаквальних дій командного, групового та індивідуального характеру. Попри це, слід урахувати, що ці гравці останніми переходять до зони нападу та є буферною ланкою при організації суперниками контратак, що підвищує відповідальність за помилки у володінні м'ячем, нерациональному його використанню (кидку) тощо.

Інша ситуація спостерігається в ігрових функціях півсередніх гравців. Ігрова позиція та амплуа «півсереднього» гравця у багатьох джерелах науково-методичної літератури [2, 8] асоціюється з нападними функціями, тобто безпосередньо атаквальною ланкою. Це також підтверджується тим, що «півсередні» гравці мають можливість:

- виконувати індивідуальні дії нападу як у правий, так і у лівий бік від основного спрямування атаки (для порівняння кутові гравці мають обмеження щодо свого розташування: бокова лінія майданчика, лінія воротарського майданчика);
- змінювати оперативний простір для виконання індивідуальних техніко-тактичних дій у межах від середини поля до практично 6-метрової лінії воротарського майданчика (для порівняння, функції лінійних гравців просторово обмежені кількома квадратними метрами між 6-метровими та 9-метровими лініями);
- не залежати безпосередньо від організації атаквальних дій, адже завдання з організації нападу покладено на розігруючих гравців.

Щодо кутових гравців, то їм притаманні особливості гри, які пов'язані із їх розташуванням на майданчику та визначеними техніко-тактичними діями. Враховуючи структуру гри, передача м'яча до «кутових» гравців відбувається здебільшого після того, як свої дії (атака на ворота суперника) виконали півсередні та розігруючі гравці. У цьому разі кутовий гравцеві опиняється в об'єктивно обмеженій зоні майданчика та водночас підвищеній зоні уваги захисників. У такій ситуації кутовому гравцю необхідно негайно розпочинати атаку на ворота суперника, щоб уникнути жорстких дій із боку захисників та помилок при поверненні м'яча своїм гравцям.

З огляду на функціональні обов'язки і просторове розташування на майданчику гравців різного амплуа їх показники успішності кидків по воротах (кількість забитих голів) мають дещо інші значення порівняно з їх кількістю (табл. 2). Так, найбільший рівень надійності завершення атаки взяттям воріт мають лінійні – 54,8 % реалізації, майже однакова результативність розігруючих та півсередніх гравців, а найнижчою є реалізація кидків кутовими гравцями. Це пояснюється, по-перше, обмеженим простором і часом для підготовки й реалізації кидка кутовими гравцями, а також і тим, що в цих гравців найменший кут до площини воріт. Тому під час кидка кутовими гравцями воротар суперника закриває значну частину площини воріт, що і знижує результативність такої атаки.

Тепер проаналізуємо результативність кваліфікованих гандболісток різного ігрового амплуа за варіантами розвитку атаки: при позиційній, під час контратаки та із семиметрового штрафного кидка (рис. 3). За даними поданих діаграм, загальнокомандні показники (без урахування ігрового амплуа) повною мірою не відображують ситуацію щодо гравців окремих ігрових амплуа. Цікавим є те, що відносне значення результативних кидків з позиційного нападу зростає від кутових до півсередніх гравців із 33% до 65% при абсолютних значеннях кидків від 1,7 (лінійні) до 6,7 разу (півсередні). Реалізація контратак вказує на обернено-пропорційну залежність, де 57% результативних кидків виконали вже кутові гравці, а півсередні – 21%, при абсолютних значеннях від 3,1 (кутові) до 0,9 (лінійні). Цікавим є те, що впродовж усього змагального макроциклу 2005–2006 рр. лінійні гравці не виконували штрафні кидки з 7-метрової лінії.

Отримані результати підтверджують думки фахівців з гандболу про те, що значна кількість результативних кидків «кутових» гравців у контратаках пов'язана з їх ігровими функціями та просторовим розташуванням на майданчику [2, 3, 4, 8]. Кутові гравці як у нападі, так і

у захисті, перебувають на проміжку від бокової лінії до воротарського майданчика, оскільки основна частка атак у гандболі проходить через середину майданчика або під кутом 45° від центру воріт з одного чи другого боку. Таким чином, при ефективному виконанні захисту гравцями, які розташовані в центральній частині зони захисту, саме кутові гравці мають можливість якнайшвидше перейти до контратаки.

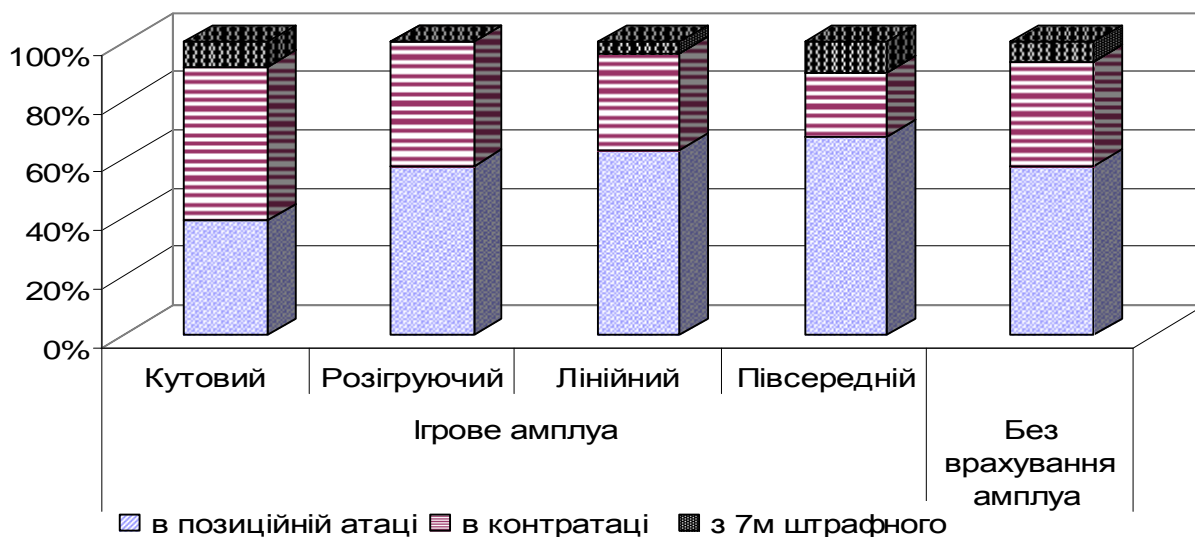


Рис. 3. Структура результативності кваліфікованих гандболісток різного ігрового амплуа за варіантом розвитку атаки

У ситуаціях, коли перехід кваліфікованих гандболісток від захисних до атакувальних дій відбувається менш стрімко (позиційна атака), перевагу отримують гравці амплуа «півсередні», що пов'язано з більшим оперативним простором та можливостями для виконання індивідуальних техніко-тактичних дій і їх взаємодії з іншими гравцями нападу.

Нарешті проаналізуємо успішність техніко-тактичних дій кваліфікованих гандболісток в атаці за окремими лініями нападу: передньої та задньої (табл. 4). Результати аналізу кількості та успішності виконаних кидків як основної результативно-значущої техніко-тактичної дії гандболу за лініями нападу свідчать, що значно більша кількість атак завершуються кидком м'яча із задньої лінії нападу, а відсоток голів є значно вищим: із задньої лінії нападу виконується на 18,8% (299 кидків) більше, ніж із передньої лінії.

Таблиця 4

Результативність кидків кваліфікованих гандболісток за лініями нападу

Лінія нападу	Загальна кількість кидків		Кількість реалізованих кидків		Результативність, %
	абсолютне значення	%	абсолютне значення	%	
Передня	643	40,6	308	37,7	47,9
Задня	942	59,4	508	62,2	53,9
Різниця	299	18,8	200	24,5	6,0

Водночас кількість реалізованих кидків є на 24,5% (200 кидків) вищою. Отже, приблизно 60% кидків кваліфіковані гандболістки виконують із задньої лінії нападу. Однак рівень техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих гандболісток щодо реалізації кидків у змагальному макроциклі як з передньої, так і з задньої лінії нападу, потребує корекції.

Висновки та перспективи подальших досліджень.

1. Зіставлення та аналіз отриманих нами результатів педагогічного спостереження за структурою та результатами змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток, а також численні дослідження науковців і тренерів-практиків цієї проблеми підтвердили наші припущення, що розробка спеціалізованих програм для удосконалення результативно-значущих

техніко-тактичних дій кваліфікованих гандболісток у нападі для підвищення його ефективності упродовж змагального макроциклу є актуальним науково-практичним завданням.

2. Рівень техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих гандболісток щодо реалізації кидків у змагальному макроциклі як з передньої, так і з задньої лінії нападу, як у загальному, так і за окремими ігровими амплуа, не відповідає вимогам висококваліфікованих команд, що потребує розробки спеціалізованих програм підготовки.

3. На ефективність змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток великий вплив мають основні сторони їх підготовленості: фізична, техніко-тактична, психічна. Тому важливим подальшим науковим дослідженням є розробка програми комплексного (інтегрального) контролю за різними аспектами підготовленості кваліфікованих гандболісток.

Список літератури

1. *Аванесов В. У.* Пути повышения соревновательной деятельности высококвалифицированных гандболисток / Аванесов В. У., Корневский В. А., Ефремова В. И. // Проблемы соревновательной деятельности : тез. докл. межобл. науч.-практ. конф. – Х., 1990. – С. 56-57.

2. *Глухов И. В.* Методика обследования соревновательной деятельности женских команд высших разрядов / Глухов И. В., Маневич Л. Р., Турчин И. Е. // Научные основы управления и контроля в спортивной тренировке : тез. докл. респуб. науч. – практ. конф. Николаев, 1984. – С. 15 – 17.

3. *Игнатъева В. Я.* Соревновательная двигательная деятельность гандболисток // Теория и практика физ. культуры. – 1983. – № 8. – С. 28.

4. *Латышкевич Л.* Проблема повышения эффективности соревновательной деятельности в спортивных играх / Латышкевич Л., Воробьев М., Бухтий Л. // Наука в олимпийском спорте. – 1997. – № 2. – С. 13-16.

5. *Олейников В. Ф.* Модельные характеристики соревновательной деятельности гандболисток в соответствии с игровыми функциями в нападении / Олейников В. Ф., Овчарек А. М. // Теория и практика физ. культуры. – 1988. – № 9. – С. 19-21.

6. *Стасюлевичус Г. И.* Изменение показателей эффективности игровой деятельности гандболисток высокой квалификации в зависимости от использования различных программ тренировочных воздействий : автореф. дис. ...канд. пед. наук: спец. 13.00.04. / Стасюлевичус Г. И., КГИФК. – К., 1983. – С. 12.

7. *Козлова К. Ф.* Моделирование условий приближенных к соревновательным как метод повышения эффективности тактики нападения в гандболе // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : II Міжнар. конф. – Вінниця, 1996. – С. 139-142.

8. *Цапенко В. А.* Соревнования и соревновательная деятельность в гандболе : учебн. пособие / В. А. Цапенко, А. Е. Гусак, Э. Ю. Дорошенко. – Запорожье : ЗДУ, 2004. – 82 с.

List of references

1. *Avanesov V. U.* Puti povysheniya sorevnovatel'noj dejatel'nosti vysokokvalificirovannyh gandbolistok / Avanesov V. U., Korenevskij V. A., Efremova V. I. // Problemy so-revnovatel'noj dejatel'nosti : tez. dokl. mezhobl. nach.-prakt. konf. – H., 1990. – S. 56-57. (Rus.)

2. *Gluhov I. V.* Metodika obsledovaniya sorevnovatel'noj dejatel'nosti zhenskih komand vysshih razrjadov / Gluhov I. V., Manevich L. R., Turchin I. E. // Nauchnye osnovy upravleniya i kontrolja v sportivnoj trenirovke : tez. dokl. respub. nach. – prakt. konf. Nikolaev, 1984. – S. 15 – 17. (Rus.)

3. *Ignat'eva V. Ja.* Sorevnovatel'naja dvigatel'naja dejatel'nost' gandbolistok // Teorija i praktika fiz. kul'tury. – 1983. – № 8. – S. 28. (Rus.)

4. *Latyshkevich L.* Problema povysheniya jeffektivnosti sorevnovatel'noj dejatel'nosti v sportivnyh igrah / Latyshkevich L., Vorob'ev M., Buhtij L. // Nauka v olimpijskom sporte. – 1997. – № 2. – S. 13-16. (Rus.)

5. *Olejnikov V. F.* Model'nye harakteristiki sorevnovatel'noj dejatel'nosti gandbolistov v sootvetstvii s igrovymi funkcijami v napadenii / Olejnikov V. F., Ovcharek A. M. // Teorija i praktika fiz. kul'tury. – 1988. – № 9. – S. 19-21. (Rus.)

6. *Stasjulevichus G. I.* Izmenenie pokazatelej jeffektivnosti igrovoj dejatel'nosti gandbolistok vysokoj kvalifikacii v zavisimosti ot ispol'zovanija razlichnyh programm trenirovochnyh vozdeystvij : avtoref. dis. ...kand. ped. nauk: spec. 13.00.04. / Stasjulevichus G.I., KGIFK. – K., 1983. – S. 12. (Rus.)

7. *Kozlova K. F.* Modelirovanie uslovij priblizhennyh k sorevnovatel'nym kak metod povyshenija jeffektivnosti taktiki napadenija v gandbole // Fizichna kul'tura, sport ta zdorov'ja nacii : II Mizhnar. konf. – Vinnicja, 1996. – S. 139-142. (Rus.)

8. *Capenko V. A.* Sorevnovanija i sorevnovatel'naja dejatel'nost' v gandbole : uchebn. posobie / V. A. Capenko, A. E. Gusak, Je. Ju. Doroshenko. – Zaporozh'e : ZDU, 2004. – 82 s. (Rus.)

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГАНДБОЛИСТОК

Валерия ТИЩЕНКО

Львовский национальный аграрный университет

Аннотация. В этом исследовании раскрыта структура и содержание соревновательной деятельности квалифицированных гандболисток, оценена эффективность их технико-тактических действий в нападении, что позволило установить соответствие существующей системы подготовки на протяжении соревновательного макроцикла и дополнить знания о составляющих реализации различных сторон подготовленности в соревновательных условиях.

Выявлен уровень технико-тактической подготовленности квалифицированных гандболисток, установлена характеристика реализации бросков в соревновательном макроцикле за игровыми амплуа, предложены меры по улучшению результативно-значимых технико-тактических действий квалифицированных гандболисток в нападении.

Ключевые слова: женский гандбол, соревновательная деятельность, квалифицированные гандболистки, технико-тактические действия.

STRUCTURE AND CONTENT OF COMPETITIVE ACTIVITY OF QUALIFIED HANDBALL PLAYERS

Valeria TYSHCHENKO

Lviv State Agrarian University

Annotation. The structure and content of competitive activity of qualified female handball players are revealed in the article. The effectiveness of technical and tactical actions in attack was evaluated. The effectiveness of training system during competitive macrocycle was determined and the knowledge about components of realization of different aspects of preparedness in competitive conditions was supplemented.

There level of technical and tactical training of qualified handball players was detected. The characteristic of throws in competitive macrocycle according game type was established. The methods for improving of efficient technical and tactical actions in attack for handball players were proposed.

Key words: women handball players, competitive activity, qualified women handballers, technical and tactical actions.