

ИЗСЛЕДВАНЕ ИГРОВАТА ЕФЕКТИВНОСТ ПРИ 16-ГОДИШНИ ХАНДБАЛНИ ВРАТАРИ

Димитър Джепков

Треньор ХК „Спортист Кремиковци“

ORCID 

Dimitar Dzhepkov – <https://orcid.org/0000-0002-9678-6751>

РЕЗЮМЕ

Хандбалната игра предявява високи изисквания както към физическата, така и към техническата и тактическата подготовка на хандбалните вратари. Добрият спортен резултат на вратарите намира израз в ефективността на многобройните игрови действия, реализирани в екстремални условия на състезанието. Целта на настоящата разработка е изследване на някои антропометрични показатели и игровата ефективност на вратарите с оглед подобряване на учебно-тренировъчния процес.

Предмет на изследването са игровите действия на вратарите по време на състезание. Обект на изследването са антропометричните признаци и тези на състезателната ефективност на вратарите, намиращи израз в игровите показатели. Изследвани са вратарите на шестте отбора, финалисти на Купа „България“ за юноши до 16 години, проведена в гр. Гоце Делчев, 2021 г. Методи на изследването: проучване на литературни източници, наблюдение и запис на игровата дейност.

Данните са обработени математико-статистически, като е приложен честотен анализ. Получените резултати показват, че вратарите на отбора, спечелил първото място на турнира – ХК „Полюс ТМ“, са показали най-висока обща игрова ефективност (45,6%), което от своя страна доказва огромната роля на вратаря в съвременния хандбал за крайното класиране на отборите.

Ключови думи: хандбал, вратари, игрова ефективност

GAME EFFICIENCY STUDY IN 16-YEAR-OLD HANDBALL GOALKEEPERS

Dimitar Dzhepkov

Coach HC „Sportist Kremikovci“

ABSTRACT

The handball game places high demands on both the physical and the technical and tactical training of the handball goalkeepers. The good sports result of the goalkeepers is reflected in the effectiveness of the numerous game actions, realized in extreme conditions of the competition. The purpose of this study is to study the game effectiveness of goalkeepers in order to improve the training process.

The subject of the study are the game actions of the goalkeepers during a competition. The object of the research are the anthropometric features and those of the competitive efficiency of the goalkeepers, which are expressed in the game indicators. The goalkeepers of the six teams

finalists of the Bulgaria Cup for juniors under 16, held in the town of Gotse Delchev 2021, have been studied. Research methods: research of literature sources, observation and recording of the game activity.

The data were processed mathematically and statistically, using frequency analysis.

The results show that the goalkeepers of the team that won first place in the tournament НС "Polyus TM" have shown the highest overall game efficiency / 45.6% /, which in turn proves the huge role of the goalkeeper in modern handball for the final ranking of teams.

Key words: *handball, goalkeepers, game efficiency*

ВЪВЕДЕНИЕ

В съвременния хандбал вратарският пост е основен. Вратарят е фигура в отбора, от която до голяма степен зависи стилът на игра както в защита, така и в нападение. Той е главният организатор на защитата. Неговото умение да съчетава играта си с тази на защитниците спомага за по-лесното неутрализиране на най-ефективните противникови нападатели. С точно и своевременно подаване от него се поставя началото на атаката на отбора, особено сега, когато се дава приоритет на бързата игра (Аврамова, 2015).

Ролята на вратаря в хандбалната игра е изяснена недвусмислено: той изпълнява изключителни по важност задачи, може да реши съдбата на мачове и значително да влияе върху играта на отбора. От всички играчи той носи най-голяма отговорност, защото е последното препятствие пред нападателите (Аврамов, 2015).

Специфичните функции на вратаря предполагат специално внимание както при селекцията и началната подготовка, така и при профилираната тренировъчна методика. На практика обаче виждането на повечето треньори е „вратарят си знае какво трябва да прави“ (Аврамов, 2018).

Фактически е налице диалектичното противоречие, което се изразява в това, че: вратарят е „половин отбор“ и е с решаващо участие за победата, а всъщност най-малко внимание и време се отделят за селекцията, началната и специфичната му подготовка (Йотов, Аврамова, 2017).

Ето защо смятаме, че усъвършенстването на подходите за селекция и начална подготовка на вратарите ще създаде реални предпоставки за създаването на по-ефикасна система за селекция и контрол.

ЦЕЛ

Целта на настоящата разработка е изследване на някои антропометрични показатели и игровата ефективност на вратарите с оглед подобряване на учебно-тренировъчния процес.

МЕТОДИКА

Предмет на изследването са игровите действия на вратарите по време на състезание.

Обект на изследването са антропометричните признаци и тези на състезателната ефективност на вратарите, намиращи израз в игровите показатели. Изследвани са вратарите на шестте отбора, финалисти на Купа „България“ за юноши до 16 години, проведена в гр. Гоце Делчев, 2021 г.

Методи на изследването: проучване на литературни източници, наблюдение и запис на игровата дейност.

Данните са обработени математико-статистически, като е приложен честотен анализ.

РЕЗУЛТАТИ

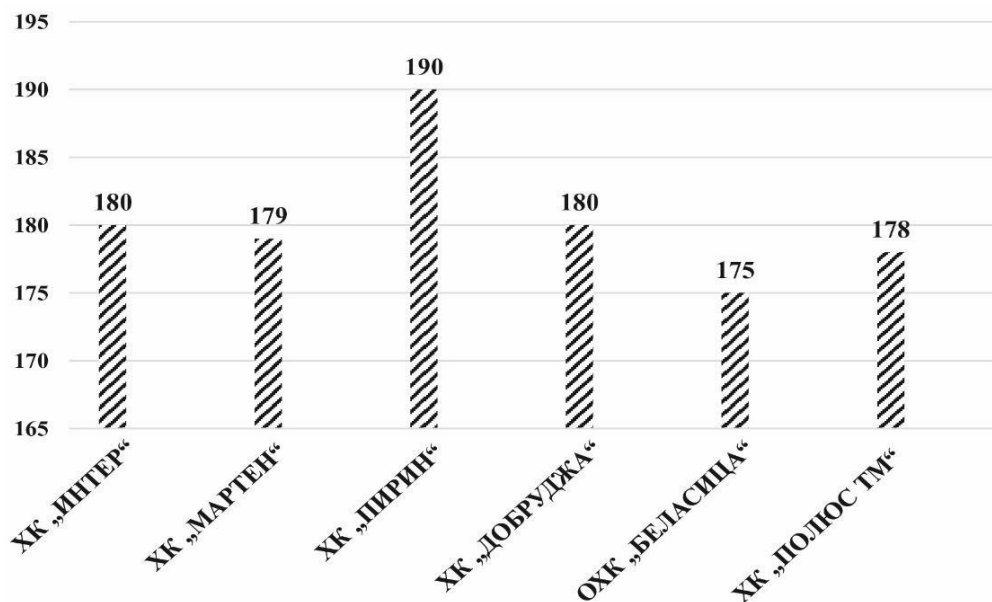
Данните от средните стойности на антропометричните показатели на изследваните вратари на тази възраст са представени в табличен вид (Таблица 1).

Таблица 1. Средни стойности на антропометричните показатели

Постове	Вратари	
	Ръст/см	Тегло/кг
Отбори		
ХК „Интер“	180	76,7
ХК „Мартен“	179	82
ХК „Пирин“	190	72,5
ХК „Добруджа“	180	78
ОХК „Беласица“	175	76
ХК „Полюс ТМ“	178	90
Общо	180,3	79,2

Анализът на данните, представени на Фигура 3, показва, че по първия антропометричен показател „ръст“ средната стойност на всички изследвани 16-годишни вратари е = 180,03 cm. Сравнението с литературните данни на неспортуващи юноши в тази възраст (Начева и сътр., 2012) сочи, че средният ръст при тях е =175,49 cm.

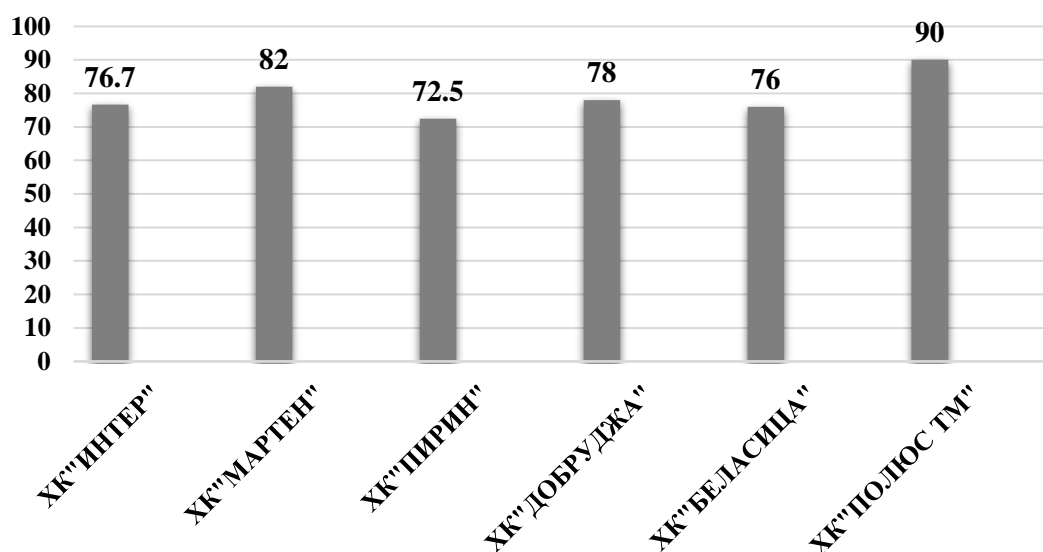
Ясно проличава превесът на хандбалните вратари. Посоченият признак се регулира от биологичната целесъобразност на живота на човека, поради което подборът на високоръстови вратари трябва да бъде целенасочен.



Фигура 1. Средни стойности на ръста при 16-годишните вратари по отбори

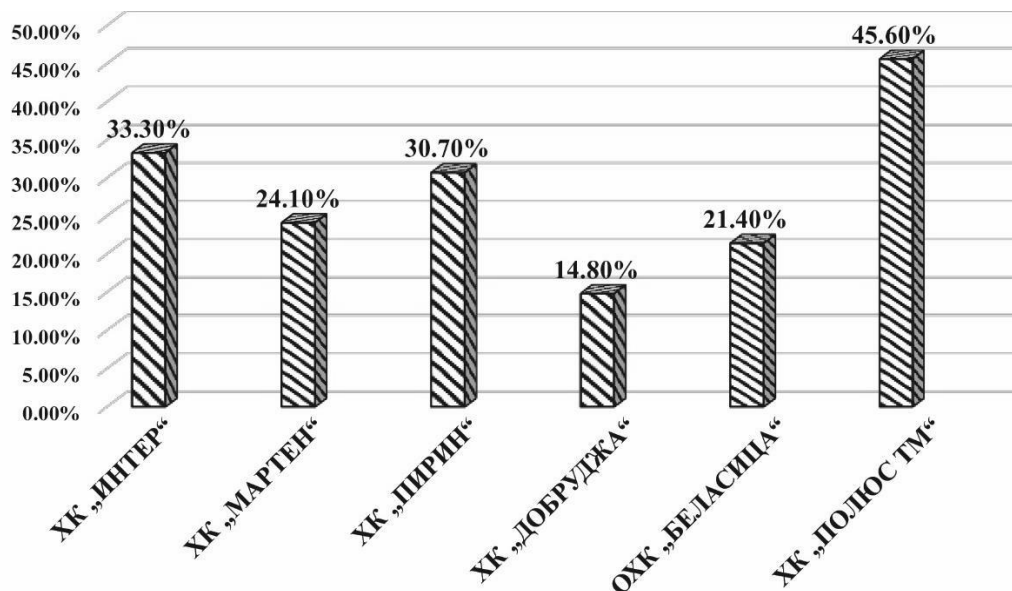
От фигурата се вижда, че вратарите на ХК „Пирин“ значително превъзхождат вратарите на останалите отбори: $X = 190$ см, следвани от отбора на ХК „Добруджа“ и ХК „Интер“ $X = 180$ см. Най-ниски са вратарите на ОХК „Беласица“ $X = 175$ см.

При следващия изследван от нас антропометричен показател „тегло“ (Фигура 2) можем да кажем, че средната стойност на показателя тегло на всички изследвани вратари е 79,2 кг. Сравнението с литературните данни на неспортуващи юноши в тази възраст (Начева и кол., 2012) сочи, че теглото при тях е 63,5 кг. И тук отбелядваме, че ясно проличава превесът на хандбалните вратари. Посочените признаци ръст и тегло са важен показател при селекцията на вратарите в хандбала.



Фигура 2. Средни стойности на ръста при 16-годишните вратари по отбори

От фигурата по-горе се вижда, че с най-голямо тегло са вратарите с най-висок процент ефективност, а именно тези на ХК „Полюс ТМ“ – $X = 90$ кг. Това от своя страна потвърждава факта, че антропометричният показател тегло влияе върху ефективността на вратарския пост.



Фигура 3. Обща игрова ефективност на 16-годишни вратари

На Фигура 3 сме представили общата игрова ефективност на вратарите, разпределена по отбори. Тук е показана ефективността на вратарите, която отразява спасените от тях стрелби.

При сравнителния анализ на резултатите на отделните отбори се вижда, че вратарите на отбора, класирал се на първо място – ХК „Полюс ТМ“, са с най-висок процент успеваемост – 46,60%, което от своя страна доказва, че вратарите са „половин отбор“. Добра ефективност са демонстрирали и вратарите на отбора на ХК „Интер“ с 33,30% успеваемост, следвани от вратарите на ХК „Пирин“ с 30,70%.

ДИСКУСИЯ

Всичко, написано дотук, ни дава основание да направим заключение, че при сравнително равностойни противници победата се извоюва от вратаря. Дръзките и самоотвержени действия на вратаря в кризисен момент са мощно психологическо оръжие за отбора (Аврамов, 2015).

Важен фактор за добрата ефективност на вратарите се явява техният морфологичен статус (Аврамова, 2018), затова и ние насочихме нашето внимание към изследване на антропометричните признаци ръст и тегло на вратарите. Тук ясно проличава превесът на

хандбалните вратари. Посочените признаци се регулират от биологичната целесъобразност на живота на човека, поради което подборът на високоръстови вратари трябва да бъде целенасочен.

Pollany, Taborsky, Kovacs (2003) смятат, че морфологичните характеристики представляват основните способности на хандбалиста за игра на определена позиция, на която те могат да бъдат най-ефективно използвани. Поради това във висококвалифицираните отбори е приоритетно да се подбират играчи, чиито морфологични профили са най-съвместими с позиционните особености, изисквани от играта.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Комплексното оценяване на защитната игра на вратаря е един много сложен проблем, който включва решаването на доста задачи (Аврамова, 2018). Ние сме се ограничили с решаването на общата игрова ефективност.

От резултатите на изследването се вижда, че вратарите на отбора, класирал се на първо място – ХК „Полюс ТМ“, са с най-висок процент успеваемост 46,60%, което от своя страна доказва, че вратарите са **„половин отбор“**.

Много треньори са изпитали тягостното чувство на безсилие, когато противниковият вратар **„има ден“**, тогава усилията на целия отбор и треньора стават безплодни, разрушени само от един противник – вратаря (Аврамова, 2018).

Затова стремежът на треньорите и на самите вратари трябва да бъдат този **„ден на вратаря“** да се стабилизира към една трайна спортна форма на високо спортно майсторство (Аврамов, 2015).

ЛИТЕРАТУРА

Аврамов, Е. (2013). Сравнителен анализ на антропометричните показатели ръст и тегло между пивота и останалите игрови постове в хандбала. *Спорт и наука*. Изв. брой 3, ISSN 1310-3393. // Avramov, E. (2013). Sravnitelnen analiz na antropometrichtните pokazатели rast i teglo mezhdru pivota i ostanalite igrovi postove v handbala. *Sport i nauka*. Izv. broj 3, ISSN 1310-3393.

Аврамов, Е (2015). Изследване ефективността на играта в защита на вратарите на Световното първенство по хандбал – Катар 2015 г. *Спорт и наука*. Изв. брой 3, ISSN 1310-3393 // Avramov, E (2015). Izsledvane efektivnostta na igrata v zashtita na vrtarite na Svetovnoto parvenstvo po handbal – Katar 2015 g. *Sport i nauka*. Izv. broj 3, ISSN 1310-3393.

Аврамова, М. (2018). Изследване на игровата ефективност в нападение при висококвалифицирани хандбалисти. *Спорт и наука*. Брой 4. София, ISSN 1310 – 3393 // Avramova, M (2018). Izsledvane na igrovata efektivnost v napadenie pri visokokvalifitsirani handbalisti. *Sport i nauka*. Broj 4. Sofiya, ISSN 1310 – 3393.

Йотов, И., М. Аврамова (2017). Изследване на зависимостите между антропометричните и спортнопедагогическите тестове за селекция на хандбални вратари. стр. 10-11. *Спорт и наука*. Изв. брой 3. С. ISSN 1310-3393 // Yotov, I., M .Avramova (2017). Izsledvane na zavisimostite mezhdou antropometrchnite i sportnopedagogicheskite testove za selektsiya na handbalni vratari. str. 10-11. *Sport i nauka*. Izv. broj 3. S. ISSN 1310-3393.

Pollany. W., Taborsky. F., Kovacs. P. (2003). Simpoziju IHF za rukometne strucnjake. Portugal.

Автор за кореспонденция:

Димитър Джепков

Треньор ХК „Спортист Кремиковци“

e-mail: dimitar.dzhepkov@mail.bg