

# ИЗСЛЕДВАНЕ НА ИГРОВАТА ЕФЕКТИВНОСТ НА ЛИЧНАТА ЗАЩИТА ПРИ 11-ГОДИШНИ ХАНДБАЛИСТИ

**Христо Йорданов**

Треньор на ХК „Чардафон“, Габрово, Треньор на младежкия национален отбор

**ORCID** 

Hristo Yordanov – <https://orcid.org/0000-0003-4725-7842>

## РЕЗЮМЕ

В настоящата разработка сме разгледали въпросите, свързани с игровата дейност в защита на подрастващи хандбалисти в условията на състезание. Спортният резултат в хандбала намира израз в ефективността на многобройните игрови действия в защита на състезателите, реализирани в основата на състезание. Ето защо си поставихме за цел да изследваме играта в защита на подрастващи хандбалисти с цел подобряване на учебно-тренировъчния процес.

Предмет на изследването са игровите действия в защита на хандбалистите по време на състезание. Обект на изследването са признаците на състезателната ефективност в защита. Изследвани са състезателите на четирите отбора на зонален турнир за момчета до 11 години, проведен на 18 април 2021 г. в гр. Габрово. Методи на изследването: проучване на литературни източници, наблюдение и запис на игровата дейност.

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

*Ключови думи : хандбал, лична защита, ефективност*

## STUDY OF THE GAME EFFECTIVENESS OF PERSONAL DEFENSE IN 11-YEAR-OLD HANDBALL PLAYERS

**Hristo Yordanov**

Coach of HC "Chardafon" Gabrovo, coach of the youth national team

## ABSTRACT

In the present study we have considered the issues related to the game activity in defense of adolescent handball players in the conditions of competition. The sports result in handball finds expression in the effectiveness of the numerous game actions in defense of the athletes, realized in the basis of competition. That is why we set a goal in this study to explore the game in defense of adolescent handball players in order to improve the training process.

The subject of the research are the game actions of the handball players during a competition. The object of the study are the signs of competitive efficiency in defense. The competitors of the four teams of a zonal tournament for boys up to 11 years old, held on April 18 in the town of Gabrovo 2021, were studied. Research methods: research of literature sources, observation and recording of the game activity.

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

**Key words:** *handball, personal defense, efficiency*

## **ВЪВЕДЕНИЕ**

Хандбалът е колективна спортна игра, която води началото си отпреди две столетия. Тя е съвкупност от атлетизъм, динамика и зрелищност. Тези най-характерни белези обуславят начина за изграждане и развиване на качествата, уменията и навиците на играта в процеса на нейната еволюция (Аврамов, 2015).

Целта на играта в нападение е отбелязването на повече голове във вратата на противниковия отбор и постигането на победа при спазването на определен правилник. От своя страна главната цел на защитата е да запази собствената си врата от голове и да води борба за отнемане на топката (Вълчев, 1990).

Според авторите (Аврамова, Аврамов, 2020) подготовката на играчите трябва да бъде насочена към офанзивна игра както в защита, така и в нападение.

По този въпрос Н. Martin (2004) смята, че основната идея за подготовката на подрастващите трябва да бъде, че още от момента на защитата започва нападението (агресивни защити, отнемане на топката, принуждаване на противника да сбърка) и в момента на нападението започва защитата (предотвратяване на бързото нападение във всичките му фази). Защитата е един от най-важните аспекти в играта. Познаваме три вида защита в хандбала – лична, зонава и комбинирана. Във възрастта до 11 години се играе „лична защита“, посредством която всеки играч пази индивидуално състезател на противниковия отбор. Разбира се, както другите видове защита, така и личната защита има своите особености, познаването на които благоприятства за поставянето на основите на правилното ѝ изпълнение. Изследването на игровите показатели в защита е обект на проучване от редица автори (Аврамова, 2020; Аспарухов, 2020; Върбанов, 2015; Чанев, 2013).

## **МЕТОДОЛОГИЯ**

**Целта** на настоящата разработка е да изследваме играта в защита на подрастващи хандбалисти с цел подобряване на учебно-тренировъчния процес.

Настоящото изследване е проведено на 18 април 2021 г. в гр. Габрово.

Предмет на изследването са игровите действия в защита на хандбалистите по време на състезание.

Обект на изследването са признаците на състезателната ефективност в защита.

Контингент на изследването са състезателите на четирите отбора на зонален финал за момчета до 11 години.

**Таблица 1.** *Списък на изследваните признаци в защита*

№	Показатели
1.	Атаки, завършили със стрелба
2.	Допуснати голове
3.	Нарушения
4.	Жълти картони
5.	Допуснати 2-минутни наказания
6.	Надиграване с топка
7.	Надиграване без топка
8.	Пресечена топка
9.	Отнета топка
10	Предизвикани технически грешки

За нуждите на изследването е събрана информация за игровите действия в защита на всички състезатели по 10 игрови показателя (Таблица 1).

За реализиране на поставените цели и задачи са приложени следните методи на изследване:

- проучване на специализираната литература,
- наблюдение и запис на игровата дейност.

Резултатите от изследването са подложени на математико-статистическа обработка чрез алтернативен и вариационен анализ.

## **РЕЗУЛТАТИ**

Резултатите от вариационната обработка на изходните данни, представени в Таблица 2, съдържат ценна информация за състоянието на игровата ефективност при личната защита на изследваните от нас отбори. Тази информация има значение за управлението на тренировъчната и състезателната дейност, особено при подрастващите хандбалисти.

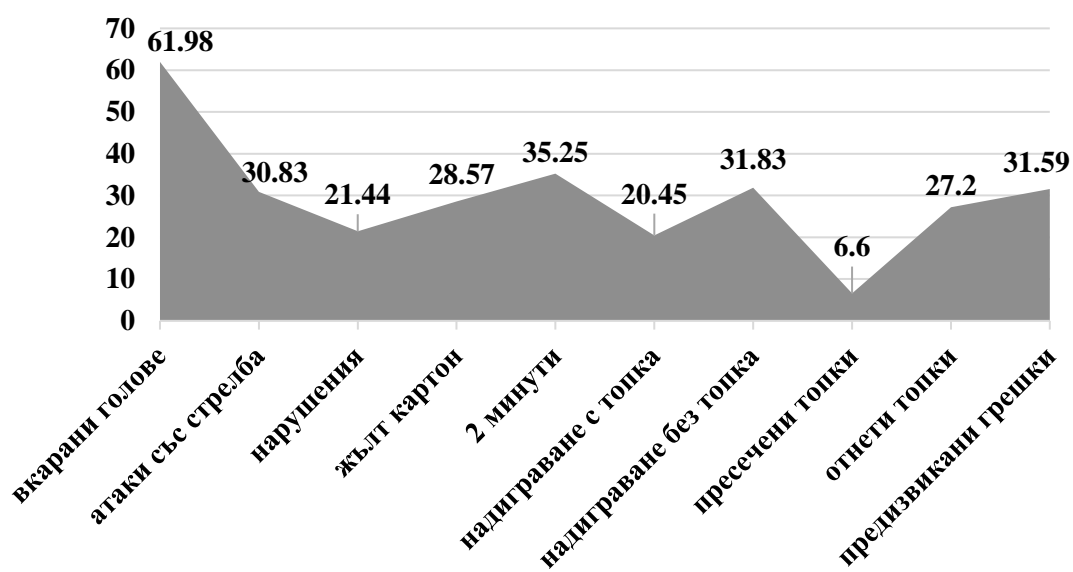
**Таблица 2.** *Средни стойности и вариативност на показателите*

№	Показатели	Min	Max	X	S	V%
1	Атаки, завършили със стрелба	35.00	75.00	57,75	17,19	30,83
2	Допуснати голове	12.00	47.00	28,75	17,82	61,98
3	Нарушения	25.00	41.00	33,25	7,13	21,44
4	Жълти картони	1.00	2.00	1,75	0,50	28,57
5	Допуснати 2-минутни наказания	2.00	5.00	4.00	1,41	35,25
6	Надиграване с топка	35.00	57.00	44.75	9,17	20,49
7	Надиграване без топка	7.00	15.00	12.00	3.82	31.83
8	Пресечена топка	24.00	28.00	25.75	1.70	6.60
9	Отнета топка	4.00	8.00	6.25	1.70	27.20
10	Предизвикани технически грешки	19.00	41.00	25.90	9.32	31.59

Данните в таблицата позволява да бъдат разкрити някои основни технически похвати в защита и да се дадат насоки за подобряване и усъвършенстване в бъдещата работа с младите хандбалисти.

Анализът на таблицата показва, че по време на изследвания от нас зонален финал – „Мизия“, са допуснати средно по 28,75 гола, като атаките, завършили със стрелба, са средно 57,75, или отборите имат над 50% ефективност при защита.

За по-голяма прегледност вариативността на изследваните игрови показатели в защита сме представили на Фигура 1.



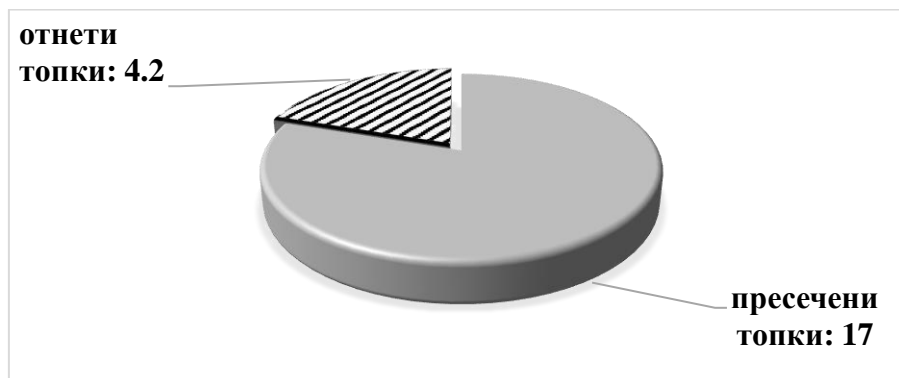
**Фигура 1.** Разсейване на признаците, характеризиращи играта в защита

От представените на фигурата по-горе данни можем да кажем, че изследваната съвкупност от отбори е нехомогенна по отношение на уменията на младите хандбалисти да играят в защита. Единствено по отношение на технико-тактическите умения на състезателите за пресичане на топката наблюдаваме хомогенност в изследваната извадка  $V = 6.6\%$ . Високият коефициент на вариация  $V = 61.98\%$  на показателя „вкарани голове“ показва силна разнородност на изследваната съвкупност, което можем да отдадем на възрастовите особености и на различното ниво на владеење на техническите умения на подрастващите в нападение и защита.

На Фигура 2 е представено разпределението на средните стойности на откраднатите топци в защита.

Един от важните фактори, които отразяват ефективността на защитата, са откраднатите топци или подаванията на нападателите, които са пресечени от защитниците. Това е важен елемент на защитата, с който спечелва чисто голово положение.

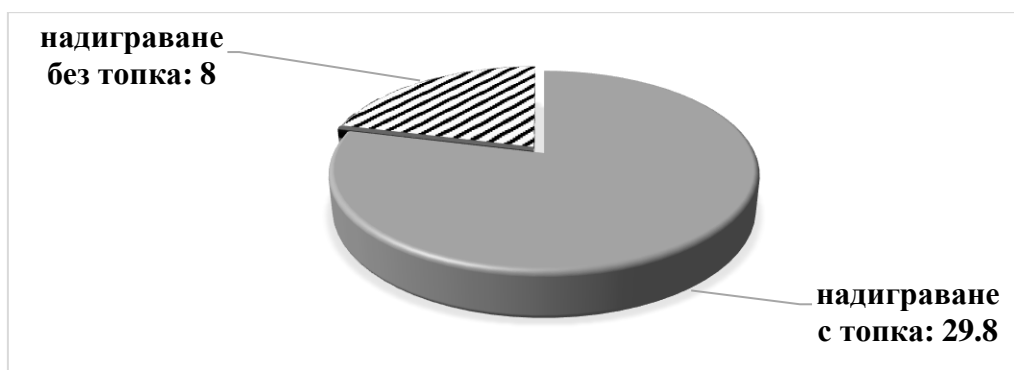
Друг важен фактор са отнетите топки, тук става въпрос за топките, отнети по време на дрибъл от защитниците.



**Фигура 2.** Средни стойности на използваните защитни похвати за отнемане и пресичане на топката

От фигурата се вижда, че отборите пресичат средно на мач по 17 подадени топки. Този голям брой откраднати топки на мач отдаваме на вида защита (лична), която играят подрастващите хандбалисти в тази възраст. Това според нас ще развие едно добро ниво на наблюдателност и действия на точното място и в точното време.

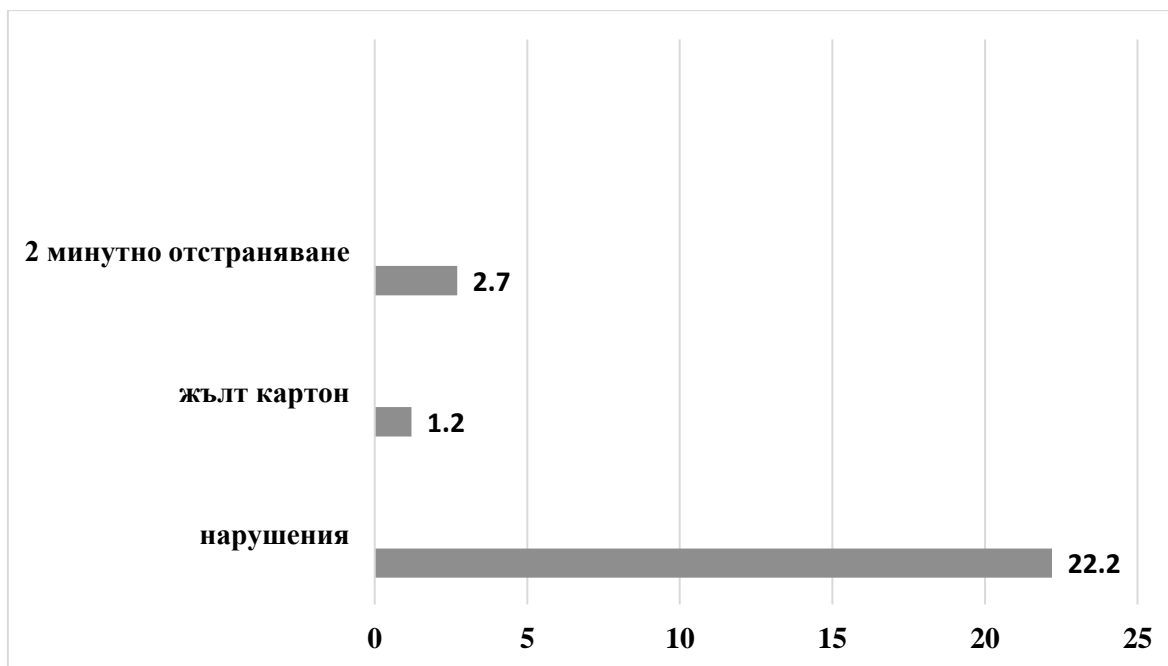
По-малкият брой отнети топки при дрибъл показва, че съществува потенциал при работа по този показател.



**Фигура 3.** Средни стойности на техническите похвати при надиграване на защитника

Данните от Фигура 3 ни показват техническите похвати при надиграване на защитника със и без топка. Тук виждаме, че средно по 29,8 пъти нападателите с топка са надиграли защитниците, докато без топка едва 8 пъти средно на мач.

Следващата фигура (4) представя резултатите на извършените нарушения на отборите. Това от своя страна е показател за това какъв стил са играли в защита 11-годишните хандбалисти относно твърдата и груба игра.



**Фигура 4.** Средни стойности на наказанията, направени по време на защитни действия.

Нарушенията, при които следва отстраняване на състезател, рефлектират върху последващите защитни действия.

Прави впечатление, че средно на мач са отстранявани от игра за 2 минути 2,7 пъти. Средно на мач нарушения (фалове) са отсъждани 22,2 на мач. Всичко това ни дава основание да твърдим, че груби нарушения в играта почти не са извършвани и участниците не преминават границата на позволеното. От тук можем да заключим, че нарушенията, които са извършени, са в рамките на нормалното.

## ДИСКУСИЯ

Направеният от нас анализ на резултатите и направените обобщения ни дават информация за състоянието на игровата ефективност при личната защита на изследваните отбори. Тази информация има значение за управлението на тренировъчната и състезателната дейност, особено при подрастващите хандбалисти.

Изследваната съвкупност от отбори е нехомогенна по отношение на уменията на младите хандбалисти да играят в защита. Единствено по отношение на техникo-тактическите умения на състезателите за пресичане на топката наблюдаваме хомогенност в изследваната извадка  $V = 6.6\%$ . Високият коефициент на вариация  $V = 61.98\%$  на показателя „вкарани голове“ показва силна разнородност на изследваната съвкупност, което

можем да отдадем на възрастовите особености и на различното ниво на владеене на техническите умения на подрастващите в нападение и в защита.

Направеният анализ на литературните източници и проучването на нашия и чуждия опит ни дават основание да отбележим, че подходите за усъвършенстване на защитата при подрастващи хандбалисти (11 г.) не е достатъчно проучен и в същото време е особено актуален за изграждането на перспективни състезатели по хандбал (Йотов, 2011).

Следователно, въпреки че в публикуваните ръководства, учебници и статии по хандбал се дават известни препоръки и методични указания, имаме основание да предположим, че усъвършенстването на подходите при технико-тактическата подготовка ще подпомогне управлението на тренировъчната и състезателната дейност.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

На базата на получените резултати от настоящото изследване препоръчваме на треньорите акцентите в работата им с подрастващите хандбалисти да бъдат насочени към повишаване на техническото майсторство на играчите в защита и главно към ситуацията (1:1).

## **ЛИТЕРАТУРА**

Аврамов, Е., (2015). *Актуални проблеми в подготовката на подрастващи хандбалисти*. НСА ПРЕС. С. ISBN 978-954-718-427-5. //Avramov, E (2015). *Aktualni problemi v podgotovkata na podrastvashti handbalisti*. NSA PRESS. ISBN 978-954-718-427-5.

Аврамова, М (2020). Изследване на зависимостите между антропометричните и спортнопедагогическите тестове при хандбални вратари. *Годишник на Национална спортна академия „Васил Левски“*, Том 2, София: НСА Прес, 258–264, ISSN 2682-9908. Avramova, M (2020). *Izsledvane na zavisimostite mezhdru antropometrichnite i sportnopedagogichesките testove pri handbalni vratari*. *Godishnik na Natsionalna Sportna Akademiya „Vasil Levski“*, Том 2, Sofiya: NSA Pres, 258-264, ISSN 2682-9908.

Аспарухов, Я. (2020). Анализ на антропометричните показатели и специфичната работоспособност при подрастващи баскетболисти. *Годишник на Национална Спортна Академия „Васил Левски“*, Том 1, София: НСА Прес. стр. 15-22. ISSN 2682-9908. // Asparuhov, Ya. (2020). *Analiz na antropometrichnite pokazateli i spetsifichnata rabotosposobnost pri podrastvashti basketbolisti*. *Godishnik na Natsionalna Sportna Akademiya „Vasil Levski“*, Том 1, Sofiya: NSA Pres. str. 15-22. ISSN 2682-9908.

Вълчев, Т. (1989) Обучение и ранна специализация по хандбал. Уч. помагало, София. НСА ИПБ. // Valchev, T. (1989) Obuchenie i ranna spetsializatsiya po handbal. Uch. pomagalo, Sofiya. NSA IPB.

Върбанов, И (2015). *Съвременни тенденции в хандбала*. НСА ПРЕС. С. ISBN 978-945-718-425-1 // Varbanov, I. (2015). *Savremenni tendentsii v handbala*. NSA PRES. S. ISBN 978-945-718-425-1.

Йотов, И. (2011). *Хандбал – оптимизиране на подготовката*. Монография. П. Стови ЕООД // Yotov, I. (2011). *Handbal – optimizirane na podgotovkata*. Monografiya. P. Stovi EOOD.

Чанев, С. (2013). Оценка на резултатите на спортната подготвеност на хандбалистите (12-13 годишни) от отбора на „Спартак“ - Варна. *Спорт и наука*. Изв. брой 3, ISSN 1310-3393 // Chanev, S (2013). Otsenka na rezultatite na sportnata podgotvenost na handbalistite (12-13 godishni) ot otbora na „Spartak“ - Varna. *Sport i nauka*. Izv. broj 3, ISSN 1310-3393.

**Автор за кореспонденция:**

**Христо Йорданов**

Треньор ХК „Чардафон“ Габрово,

Треньор на младежкия национален отбор

e-mail: hc\_chardafon@abv.bg