

796.3
Д 72

А.І. Драчук

Теорія і методика викладання гандболу



А. І. Драчук

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ГАНДБОЛУ

*Навчальний посібник
рекомендовано Міністерством освіти і науки України
як навчальний посібник для студентів
вищих педагогічних навчальних закладів*

Київ 2016

УДК: 796. 31. 32

ББК 75.6

Д 72

Гриф надано Міністерством освіти і науки України 25.01.2011 р.

№ 1/11 – 624

Рецензенти:

Вацеба О. М., кандидат педагогічних наук, професор. Почесний працівник фізичної культури і спорту України (Львівський державний університет фізичної культури);

Воробйов М. І., кандидат педагогічних наук, професор, заслужений тренер України (Національний університет фізичного виховання і спорту України);

Поміркована С. І., заслужений тренер України, провідний фахівець Вінницької області з гандболу

Драчук А. І.

Д 72 Теорія і методика викладання гандболу: Навчальний посібник. 3-є вид., доповн. і переробл. — Київ: КНТ, 2016 — 130 с.

ISBN-978-966-373-795-9

У навчальному посібнику висвітлено історичні аспекти розвитку гандболу у світі та в Україні, розглянуто техніку і тактику гри, методику навчання та запропоновано систему вправ для вдосконалення технічних і тактичних дій гравців, подано правила ведення змагань та методика суддівства. Посібник містить також тестові завдання. Для студентів педагогічних ВНЗ, тренерів ДЮСШ, учителів загальноосвітніх шкіл.

УДК: 796. 31. 32

ББК 75.6

ISBN 978-966-373-795-9

© А. І. Драчук, 2016

© ТОВ «КНТ», 2016

Зміст

Передмова.....	5
Історичні аспекти розвитку гандболу.....	6
Міні-гандбол.....	8
Пляжний гандбол.....	9
Розвиток гандболу в Україні.....	11
МІЖНАРОДНА ФЕДЕРАЦІЯ ГАНДБОЛУ (ІГФ).....	14
Основи техніки і тактики гри в гандбол.....	17
Техніка нападу польового гравця.....	19
Техніка захисту польового гравця.....	23
Блокування.....	24
Техніка гри воротаря в захисті.....	26
Техніка гри воротаря у нападі.....	28
Характеристика тактики гри.....	28
Тактика польового гравця у нападі.....	30
Тактика польового гравця у захисті.....	31
Тактика гри воротаря у захисті.....	31
Методика навчання техніки і тактики гри в гандбол.....	34
Методика навчання техніки гри.....	34
Методика навчання тактики гри у нападі.....	50
Методика навчання тактики гри в захисті.....	55
Вправи для удосконалення ігрових прийомів гандболістів.....	63
Навчання польового гравця прийомам гри у нападі.....	63
Навчання польового гравця прийомам гри у захисті.....	74

Навчання воротаря прийомам гри.....	77
Змістові модулі та тестові завдання з дисципліни.....	81
«Спортивні ігри і методика викладання (гандбол)».....	81
Тестові завдання з гандболу.....	84
Організація проведення змагань, методика суддівства та короткий зміст правил гри.....	96
Система змагань, організація і їх проведення.....	96
Підготовка суддів до змагань.....	100
Методика суддівства гри.....	101
Короткий зміст правил гри.....	104
Література.....	117
Додатки.....	118