

МІНІ-ГАНДБОЛ - ІНСТРУМЕНТ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ, ЇХ ЗАГАЛЬНИХ ФІЗИЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ

Ліпський Віталій

*начальник управління у справах молоді та спорту
Рівненської обласної державної адміністрації
м. Рівне, Україна*

В Україні такий вид спорту як гандбол тільки зароджується. І хоча у нього є певні досягнення, і навіть бронзові медалі жіночої збірної команди України на Олімпіаді 2004 року у Афінах, проте маємо що маємо.

Проаналізувавши ситуацію в нашій державі за останні десятиліття, доходимо до висновку, що ми втратили загальноосвітні заклади як джерело дітей для гандболу. Багато фахівців вважають, що так сталося у зв'язку з відсутністю гандболу у шкільній програмі.

З джерел інформації Міністерства освіти і науки України нам відомо, що принаймні на папері гандбол у школі є. У програмах шкіл присутній варіативний модуль з курсом гандбольних занять. Проте, вивчивши його зміст, стає зрозумілим про його невідповідність та неможливість застосування у сучасних умовах.

Початкове вивчення гандболу, як виду спорту, у програмі закладів середньої освіти представлений з 5 по 9 клас загальноосвітніх шкіл. В свою чергу, існують певні протиріччя у залученні дітей до занять гандболом, що полягає у її ранній спеціалізації. Чим раніше дитина проявить зацікавленість у цьому виді спорту, тим більше можливостей буде існувати для розвитку її талантів та спеціальних фізичних здібностей. Тому, на цей час, є вкрай необхідним включення міні-гандболу у програму з дисципліни «Фізичне виховання» під час навчання дітей молодшого шкільного віку.

По-друге, сьогодні усі вимоги для навчання гандболу у школах не пристосовані до реальних умов, що пов'язано з недостатньою матеріально-технічною базою. Більшість сучасних закладів мають невеликі майданчики, тому в таких умовах вкрай складно пропагувати гандбол в системі фізичного виховання, не говорячи про підготовку в дитячо-юнацькому спорті.

Сьогодні в Україні є всі умови для сприяння розвитку міні-гандболу – шкільні зали (20х12 м, 24х16м), методичні рекомендації для закладів освіти і ДЮСШ. Для обґрунтування роботи тренерів також вводиться поняття чемпіонату України з міні-гандболу. При цьому метою є не турнірні результати, а фізичний розвиток дітей, знайомство з гандболом, комунікація серед дітей. Учні грають на зменшених майданчиках, із меншими воротами, спеціальними м'ячами та за спрощеними правилами [1, с.140].



Міні-гандбол – це гра для дітей, які починають займатися спортом. Увага приділяється руху, бігу, кидкам, ловлі, стрибкам, ходьбі, дриблінгу. Застосовується під час підготовки індивідуальна гра та гра змішаними командами. Хлопці та дівчата навчаються взаємодіяти в командах, сприймати свої переваги та недоліки. Змагальна діяльність не супроводжується її оцінкою – відсутній підрахунок голів та визначення переможців, що і відрізняє його від класичного гандболу.

У зв'язку з цим, існують загально-методичні рекомендації щодо проведення занять з міні-гандболу: високий рівень зацікавленості учнями на заняттях, де основна увага приділяється професійним якостям вчителя; високий рівень емоційності, що висувається перед усіма спортивними іграми, в тому числі і гандболі. Де основним є максимальна активність та задіяність всіх учасників; чітка організація завдань, що регламентується своєчасним поясненням вправи, місцем та особливостями переміщення гравців; дозування необхідного навантаження з урахуванням віку учасників навчально-виховного процесу. Головною метою занять міні-гандболом має бути, перш за все, зміцнення здоров'я, фізичний розвиток учнів, загальних фізичних здібностей, що відповідає початковому етапу підготовки у ДЮСШ: швидкості, гнучкості, спритності [1, с.140-141].

Саме з метою популяризації міні-гандболу Федерацією гандболу України спільно з управлінням у справах молоді та спорту Рівненської облдержадміністрації та Федерацією гандболу Рівненської області 23-24 серпня 2025 року у м.Сарни проведено два заходи: Рівненський обласний активний форум «Гандбол – енергія громад» та Дитячий фестиваль «Active School Games: Гандбол».

Метою форуму було, саме через гру у міні-гандбол, сприяти створенню сталих умов для розвитку гандболу в громадах Рівненської області та реалізації проєкту «Гандбол – енергія громад» в рамках програми «Здорова громада – спільна справа».

Завдання форуму:

- ознайомити керівників громад, координаторів програми, вчителів фізичної культури з основами впровадження міні-гандболу в громадах та проєктними можливостями програми «Здорова громада – спільна справа»;
- координація зусиль громад, щодо розвитку міні-гандболу, проведення фізкультурно-спортивних заходів (фестивалів);
- проведення методичного семінару та майстер-класів для вчителів фізкультури;
- створення в громадах мережі шкільних спортивних клубів, спортивних клубів з гандболу.

Загалом, участь у форумі взяли понад сто осіб: вчителі фізкультури, тренери, директори шкіл, керівники громад.

24 серпня участь у дитячому фестивалі «Active School Games: Гандбол» взяли 19 дитячих команд загальною кількістю близько двохсот дітей. Учасники фестивалю були двох вікових категорій: 5-7 класи та 8-9 класи. Діти грали у міні-гандбол на чотирьох майданчиках у змішаних командах по спрощених правилах разом зі своїми вчителями. Діти отримали надзвичайні враження та позитивні емоції від гри.

Треба відзначити, що впродовж 2024 та 2025 років на Рівненщині відкрито 8 гуртків гандболу у наступних населених пунктах: Дубровиця, Сарни, Колки, Сварицевичи, Корнин, Деражне, Жобрин. У подальшому планується продовження реалізації проєкту «Гандбол – енергія громад» через низку методичних семінарів для координаторів громад, що має популяризувати міні-гандбол та гандбол у громадах Рівненської області, розширити мережу гуртків та клубів з гандболу та міні-гандболу в області, забезпечити підготовку молодих спортсменів для продовження навчання у відділенні гандболу в Обласному спортивному ліцеї у м.Костопіль.

ЛІТЕРАТУРА

1. Петрушевський Є. І. Розвиток гандболу в Україні в умовах глобалізації спорту: монографія. – Київ: Видавничий дім Д.Бураго, 2022. С.136-141.
2. Міністерство молоді та спорту України. URL: <https://mms.gov.ua>.
3. Міністерство освіти і науки України URL: <https://mon.gov.ua>.
4. Федерація гандболу України URL: <https://handball.org.ua>.
5. Програма розвитку шкільного гандболу в Україні на 2025 – 2027 роки (на основі модельної навчальної програми «Фізична культури. 5 – 9 класи»). Розробник: робоча група з розвитку шкільного гандболу. Ініціатор: Всеукраїнська громадська організація «Федерація гандболу України». – Київ: 2025.