+77716826848

ЖСН: 770203402302

ДУКЕНБАЕВА Гулжамал Махмутовна,

№50 Ахмет Байтұрсынов атындағы мектеп-гимназиясының

дене шынықтыру пәні мұғалімі.

Шымкент қаласы

**ГАНДБОЛ. ИСТОРИЯ И ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА**

Гандбол — командный вид спорта, главная цель которого — забросить как можно больше мячей в ворота соперника. В отличие от футбола, в мяч играют руками. Каждый матч состоит из двух таймов по 30 минут, перерыв между таймами — 15 минут. Родиной гандбола принято считать Данию, хотя упоминания о старинных играх с мячом руками имеются в «Одиссее» Гомера и в трудах древнеримского врача Галена. Гандбол в его нынешнем виде придумали датские футболисты на рубеже XIX−XX веков в качестве замены футбола для игры в зимнее время.

Датой зарождения спортивной игры с мячом, зарегистрированной в международной спортивной классификации под названием «гандбол», принято считать 1898 год, когда преподаватель физического воспитания реального училища датского города Ордруп Хольгер Нильсен ввел в уроки физической культуры женских групп игру с мячом, названную «гандбол». Возникновение российского гандбола относится к началу XX столетия. Впервые этот вид спорта в Российской империи появился в Харькове в 1909 году. Первая официальная игра российских гандбольных команд состоялась в 1910 году в Харькове, а в 1918 году там же была организована «гандбольная лига».

**Общие правила гандбола:**

* Гандбольная команда состоит из 16 человек, из которых одновременно на площадке могут находиться не более 7 игроков, остальные являются запасными.
* Матчи взрослых команд состоят из двух таймов по 30 минут с 15-минутным перерывом.
* Матч начинается с введения мяча в центр поля. Игроки могут смело касаться мяча любой частью тела, кроме ног. Прежде чем осуществить передачу необходимо убедиться, что игрок находится на расстоянии более 3 метров.
* Прежде чем сделать пас или бросить мяч в ворота противника, каждый игрок вправе держать его у себя только в течение трех секунд. В то же время с мячом в руках можно сделать не более 3 шагов, затем придется перебросить его кому-нибудь другому.
* Только вратарю разрешается находиться в площади ворот. Считается, что полевой игрок заступил в площадь ворот, которая включает и линию площади ворот, если он касается ее любой частью своего тела. Однако это не наказывается, если игрок заступает в площадь ворот после передачи мяча, и это не приводит к потере преимущества для соперника, а также если игрок одной из команд без мяча заходит в площадь ворот и не получает от этого преимущество.
* Замена игроков может проводиться неограниченное количество раз. Заменяющий член команды может выйти на поле только после того, как заменяющий его гандболист покинет площадку.
* Если перевод мяча из защитной зоны в зону нападения затягивается, тогда это называется пассивной игрой. Команда штрафуется свободным броском с места, где находился мяч во время приостановки игры.

**Кроме этого, правила гандбола позволяют:**

* Использовать руки для блокировки и овладения мячом. Использовать открытые ладони для сбивания мяча с рук соперника. Заслонять телом соперника.
* Для препятствования действиям соперника касаться его руками с передней стороны.

**Запрещают:**

* Вырывать мяч из рук противника.
* Осуществлять блокировку или отталкивание соперника ногами и руками.
* Осуществлять какое-либо физическое воздействие на соперника, которое может подвергать его опасности.
* Для препятствования действиям соперника касаться его руками с передней стороны.

**Площадка для игры в гандбол**

Размер стандартной гандбольной площадки 40 на 20 метров. Вокруг площадки должна быть зона безопасности размером не менее 1 метра вдоль боковых линий и не менее 2 метров за линией ворот. Все линии являются частью площадей, которые они ограничивают.

**Стандартные броски в гандболе**

Начальный бросок служит стартом для начала игры, а также для её возобновления после заброшенного мяча. В начале матча право на начальный бросок определяется жеребьевкой, а после заброшенного мяча это право предоставляется команде, которая пропустила мяч.

Бросок выполняется по свистку судьи в течение 3 секунд в любом направлении. Бросок из-за боковой линии выполняют соперники команды, игрок которой последним коснулся мяча.

**Бросок из-за боковой линии выполняется, если:**

* Мяч полностью пересёк боковую линию, в таком случае бросок выполняется с места, где мяч пересёк линию;
* Мяч полностью пересёк внешнюю линию ворот, при этом коснувшись полевого игрока защищающейся команды, в таком случае бросок выполняется с места соединения боковой линии с внешней линией ворот;
* Мяч коснулся потолка или конструкций над площадкой, в таком случае бросок выполняется с ближайшей к месту касания точки боковой линии.

**Бросок вратаря выполняется вратарём защищавшейся команды, если:**

* Мяч полностью пересёк внешнюю линию ворот, при этом коснувшись вратаря защищающейся команды или любого игрока атакующей команды.
* Игрок атакующей команды заступил в площадь ворот или коснулся мяча, который катится или лежит в площади ворот.
* Вратарь взял под контроль мяч в площади ворот.
* «Свободный бросок» назначается при нарушениях правил, а также при помощи него возобновляют игру после её остановки, даже если нарушения не было (например, после тайм-аута).
* Свободный бросок выполняет команда, против которой были нарушены правила или которая владела мячом перед остановкой игры.
* «7-метровый бросок» назначается, если в результате запрещённых действий игроков или официальных лиц соперника, а также действий посторонних лиц или форс-мажорных ситуаций, при которых команда лишается 100-процентной возможности забросить гол.

**Судейство в гандболе**

В состав судейской коллегии входят два равноправных судьи, а помогают им секретарь и секундометрист. В случае разногласий решение выносится после их совместного совещания.

**Наказания в гандболе**

Правила предусматривают 3 вида персональных наказаний:

* Предупреждение;
* Удаление на 2 минуты;
* Дисквалификация (удаление до конца игры).

Эти наказания могут назначаться как игрокам, так и официальным лицам команд.

**Амплуа в гандболе**

Существуют следующие позиции игроков в гандболе:

* Вратарь;
* Крайние. Играют на флангах;
* Разыгрывающий. Играет по центру поля, часто выполняет функции разыгрывающего игрока. Для него важно умение отдавать передачи и видение поля;
* Полусредние. Играют между угловыми и центром;
* Линейный. Играет на 6-метровой линии. Его задача — мешать обороне противника, бороться за отбитые вратарём противника мячи.