



Žaidimo sumažintame aikštės plote metodo panaudojimas mokantis žaisti rankinį

Rasa Mikalonytė

Vytauto Didžiojo universitetas, Švietimo akademija, T. Ševčenkos g. 31, Vilnius, rasa.mikalonyte@gmail.com

Anotacija. Straipsnyje pateikiama medžiaga apie rankinio ugdymą per kūno kultūros pamokas ir sporto treniruotes, pasitelkiant žaidimo sumažintame aikštės plote metodą (ŽSAP). Šio metodo nauda yra įrodyta ruošiant didelio meistriškumo sportininkus, kurie siekia varžybose aukščiausių rezultatų. Rankinis tapo moderniu ir greitu žaidimu, kuris kur kas labiau žavi žiūrovus ir dalyvius užsienio arenose. Todėl ypač svarbu, kad vaikai ir paaugliai mokyklose galėtų išbandyti rankinį pasitelkdami inovatyvius metodus.

Esminiai žodžiai: *rankinis, žaidimai sumažintame aikštės plote (ŽSAP), sportas, kūno kultūra.*

Įvadas

Rankinis – komandinis sportas, žaidžiamas dviem komandoms varžantis tarpusavyje. Ši sporto šaka turi ryšį su fizinių, socialinių, emocinių ir mokymosi įgūdžių ugdymu, o žinių įgyjimas ir požiūrio plėtojimas per judėjimą prisideda prie ugdymo proceso. Rankinis atpažįstamas kaip viena pagrindinių kūno kultūros programos dalių daugelyje aukštųjų mokyklų ir yra įtrauktas į mokymo programą mokyklose (Belay, 2011). Fizinis ugdymas yra veikla, kuri yra sąmoningai sukurta, siekiant pagerinti žmonių fizinį vystymąsi ir motorinius įgūdžius, priklausomai nuo konkretaus amžiaus ir lyties, socialinės integracijos reikalavimų ir kai kurių profesijų specifikos. Fizinis ugdymas turi dvi puses: mokymą ir rengimą (Currie, 2013), tačiau pagrindinė fizinio ugdymo forma – kūno kultūros pamoka. Didaktinis požiūris, apimantis fizinį ugdymą ir sporto veiklas pradiniam ugdyme, yra su intencija prisidėti prie mokyklinio mažiaus mokinių rengimo ir raidos vystymo (Mihaela et al., 2014).

Sporto edukologijoje atsižvelgiant į sporto kompetencijos supratimą, kaip protingą techninių ir taktinių įgūdžių sujungimą žaidimo metu, pagrindinis dėmesys sutelkiamas žaidimams ugdyti (Siedentop, 2011). Tokiu atveju svarbi kompetencija, kuri nurodo, kaip vertinamas gebėjimas demonstruoti motorinius įgūdžius, atitinkančius žaidimo situacijas (Farias, 2015) bei bendrą žaidimo rezultatą (Mesquita, 2012). Sportinę ugdymą galima realizuoti kaip programą, skirtą veiksmingam žaidimų mokymuisi (Farias, 2018). Vienas iš plačiai taikomų metodų sporto srityje (Bunker, Thorpe, 1982) – žaidimo sumažintame aikštės plote metodas (ang. Small-sided games). Žaidimo sumažintame aikštės plote (ŽSAP) metodas reikalauja techninių įgūdžių, kurie leistų kontroliuoti judesius (pavyzdžiui, kamuolio gaudymas ir perdavimas), kurie padėtų žaidėjams išlaikyti aukšto intensyvumo veiksmus žaidimo metu, todėl tinka jaunųjų sportininkų aerobinėms galioms ugdyti (Harrison et al., 2014). Įrodyta, kad, be motyvacinių ir mokymosi aspektų, žaidimo sumažintame aikštės plote metodo taikymas yra reikšmingas technikos ir fizinių įgūdžių ugdymo pratybose jau paauglystėje (Silva et al., 2014). Tokios situacijos reikalauja gerų techninių, taktinių įgūdžių, tokių kaip perdavimai, kamuolio varymas, klaidinančių judesių atlikimas, metimai, gebėjimas judėti be kamuolio, bendradarbiavimas su kitais žaidėjais. Kita vertus, technika, taktika, fiziniai veiksniai gali priklausyti nuo aikštės dydžio, žaidimo specifikos ir jo tikslo bei trukmės, kamuolio valdymo, pratybų rūšies (Hill Haas et al., 2011).

ŽSAP gali būti apibrėžiami kaip modifikuoti žaidimai, kurie praktikuojami mažose erdvėse, dažnai ribojami taisyklių su mažesniu žaidėjų skaičiumi (Hill Haas et al., 2011). Toks žaidimo mokymasis leidžia prisitaikyti prie individualių žaidėjų poreikių, mokantis bet kurio komandinio sporto (rankinio, krepšinio) (Ortega, Alarcónand Piñar, 2012; Owen, Twist and Ford, 2004). Šio metodo pritaikomumas yra plačiai nagrinėjamas ren-giant įvairių sporto šakų sportininkus (Abrantes et al., 2012; Koklu et al., 2012; Owen, Wong, McKennaand Dellal, 2011). Remiamasi prielaida, kad didžiausi sporto šakos mokymosi privalumai atsiranda tada, kai mokymasis geriausiai atitinka tos sporto šakos struktūrą (Gabbett et al., 2006), o taikant ŽSAP plėtojamas žaidėjų fizinis pajėgumas kartu su techniniais ir taktiniais įgūdžiais (Halouani et al., 2014). Moksliniai tyrimai rodo, kad rankinio žaidimo mokymas vyksta mokyklose vaikams nuo 5 iki 11 metų, jiems mokymosi turinys jau planuojamas panaudojant žaidimus sumažintame aikštės plote (*Teaching handball at school*) dėl turinio daugialypiškumo ir praktiškumo. Tačiau informacijos apie rankinio sporto šaką ir šių pamokų turinį pasitelkiant ŽSAP metodą šalies mokyklose nėra pateikiama. Taigi kyla *probleminis* klausimas, kaip reikėtų organizuoti rankinio sporto šakos mokymąsi per kūno kultūros pamokas, kad rankinis vėl taptų aktualus šiuolaikiniam jaunimui.

Tikslas – apžvelgti, kaip žaidimo sumažintame aikštės plote (ŽSAP) metodas gali padėti mokiniams greičiau įsisavinti rankinio sporto šakos turinį ir prisidėti prie šio sporto populiarinimo mokyklose.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aptarti žaidimo sumažintame aikštės plote metodo taikymo veiksmingumą rengiant sportininkus.
2. Pateikti rankinio žaidimo mokymo turinį kūno kultūros pamokose, panaudojant žaidimo metodą.
3. Atskleisti žaidimo metodo veiksmingumą ugdymo procese.

Straipsnyje taikyta mokslinės literatūros analizės, apibendrinimo metodai.

Sportininkų ugdymas, paremtas žaidimo sumažintame aikštės plote metodo taikymu

Per pastaruosius du dešimtmečius pastebime didelį sporto treniruočių tyrimų augimą iš skirtingų perspektyvų, taikant įvairias metodikas (Irwin, Kerwin, 2007; Thompson et al., 2009). Tokie aprašomieji ir kritiniai tyrimai apima psichologinius (Jowett, Ntomanis, 2004), sociologinius (Cushion, Jones, 2006) ir pedagoginius požiūrius (Jones, Turner, 2006; Mesquita et al., 2010; Santos et al., 2010).

Lietuvos kūno kultūros ir sporto įstatymas (2018, 3) sportą apibrėžia kaip asmens veiklą pagal tam tikras taisykles varžantis su kitais oficialiose sporto varžybose, siekiant nugalėti varžovus ir tobulinti savo fizines ir psichines savybes bei įgūdžius, taip pat kaip veiklą, kuria tobulinamos asmens fizinės ir psichinės savybės bei įgūdžiai, siekiant tinkamai pasirengti oficialioms sporto varžyboms. Sporto mokslininkai nuolat analizuoja žaidėjų varžybinę veiklą, lokomociją, biologinę kūno vertę, kad galėtų taikyti treniravimo modelius, artimus varžybinės veiklos modeliui (Karpan et al., 2015).

Tarp komandinių sporto šakų pastebimi pedagoginiai panašumai, tokie kaip įgūdžių, specifinės technikos, taktinių schemų (puolimo / gynybos) ir individualios žaidėjų taktikos ugdymas (Garganta, 1998). Paprastai mokymosi perspektyva yra plėtojama dviem požiūriais: 1) mokymo-mokymosi procesas, paremtas technikos prieiga (technokratiškas būdas) ir 2) žaidimas su dinamišku ir sudėtingu sprendimų priėmimu (šis būdas apima visą bendrą žaidimo kontekstą, kuris pasižymi dinamiškumu, pateikiamos įvairios užduotys, priverčiančios mąstyti, per tas užduotis reikia greitai gebėti priimti / rasti sprendimus) (Hopper, 2002; Harvey et al., 2016). Žaidėjai puikiai supranta, kad treniruotės turinys gali būti itin nuobodus atliekant tuos pačius pratimus (pvz., bėgimas), būtent todėl susidomėjimas ŽSAP metodu, kaip alternatyva žaidėjų pajėgumo, aerobinių galių plėtojimo priemone, pasiteisina (Buchheit, 2015, 120). Kita vertus, taktiniai aspektai yra nuoseklesni rankinio kontekste, siekiant nustatyti tokius veiksnius kaip sprendimų priėmimas ir kūrybiškumas, kurie nėra siejami su technikos mokymu (Memmert et al., 2015).

Prieinama prie nuomonės, kad mokymas, pagrįstas žaidimu, yra alternatyva istoriškai įsitvirtinusioms mokymo paradigmoms (Holt et al., 2002; Menezes et al., 2014; Memmert et al., 2010; Light et al., 2004). Mokymosi metodai, pagrįsti žaidimais (taktiniu

požiūriu), buvo sukurti todėl, kad nėra tinkamo požiūrio į technikos mokymą, kuris buvo grindžiamas judesių mokymusi prieš žaidimą, bet ne jo metu. Toks technika paremtas mokymasis paneigia taktikos mokymąsi, atskiria techniką nuo taktikos, tačiau žaidimas suteikia naują prasmę – jo metu galima laikytis žaidimo (technikos, taktikos) ugdymo vientisumo (French et al., 1987; Hopper, 2002; Memmert et al., 2007). Paprastai toks žaidimo metodo pagrindas remiasi tam tikrais užduočių ribojimais, kurie ir keičia įprasto žaidimo charakteristiką, bet išlaiko pagrindinį žaidimo principą (Ben Abdelkrim, Castagna, El Faza, El Ati, 2010; Clemente, Rocha, 2012). Galima varijuoti žaidėjų skaičiumi, aikštės dydžiu, taisyklių pakeitimais (Hill-Haas, Dawson, Impellizzeri, Coutts, 2011; Corvino, Vuleta, 2016). Žaidimu paremtos treniruotės komandinėse sporto šakose labai populiaros (Ravier, Hassenfratz, Bouzigon, 2017) ir vis plačiau naudojamos rengiant sportininkus. Lyginant bendruosius treniravimo / fizinio rengimo metodus, tai šis – atkuriantis konkrečias žaidimo situacijas – metodas gali būti laikomas kaip funkcionalesnis, nes padeda vystyti fizinį parengtumą kartu su technikos ir taktikos komponentais tuo pat metu (Corvino et al., 2014). Rankinis yra intensyvus sportas, kur iš žaidėjų reikalaujama pirmiausia didelių fizinių pastangų; kai žaidimo veiksmi yra nuolat kintantys, ieškoma būdų, kaip galima priartinti atliekamą veiklą prie varžybos.

Pagrindinis ŽSAP metodo privalumas – žaidimai gali atkartoti judėjimo modelius, fiziologinius žaidėjų poreikius, techniką atsižvelgiant į sporto šaką (Dellal et al., 2011) bei priversti žaidėjus priimti greitus sprendimus žaidžiant. Pastebėta, kad, taikant ŽSAP, mažesniame plote žaidėjai atlieka daugiau metimų (Corvino et al., 2014), tai galima sieti su pataikymu arčiau tikslo (t. y. pataikyti į vartus), vadinasi, atsiranda galimybė žaidėjams dažniau mesti į vartus ir pelnyti įvarčius (Aguiar et al., 2013). Tuo labiau, kad ŽSAP metodas gali būti pateikiamas su įvairiomis variacijomis (3 prieš 3, 2 prieš 2, 1 prieš 1). Tyrėjai (Goodman, Snow, 2003; Hill-Haas, Dawson, Impellizzeri, Coutts, 2011) išskyrė šešias priežastis, kodėl reikėtų organizuoti treniruotes panaudojant žaidimus sumažintame aikštės plote:

- individualus technikos vystymas, dažniau liesdami kamuolį žaidėjai tampa labiau įgudę;
- taktinis aspektas – žaidėjai mokosi priimti kokybiškus sprendimus žaisdami;
- aikštės plotas – atsikleidžia žaidėjų fizinės galimybės;
- daugiau galimybių spręsti problemas, kurios pasireiškia būtent žaidimo metu;
- puolimas ir gynyba, suteikiama daugiau galimybių žaisti tiek puolime, tiek gynyboje;
- azartas – daugiau galimybių pelnyti įvarčius ir laimėti gynyboje.

Kad būtų priimami tinkami sprendimai žaidžiant, žaidėjai turi panaudoti šias savybes: suvokimą, dėmesį, atmintį, numatyti komandos ir varžovų galimus pokyčius žaidimo metu (Memmert, 2010). Atrankos principas suteikia galimybę įvairiai žaidimų patirčiai. Žaidimų modifikacijos nurodo, kad žaidimai gali būti keičiami, pertvarkomi, parenkami taip, kad atitiktų besimokančiųjų amžių, treniruotės specifiką, taktinius sumanymus.

Mokomieji žaidimai (angl. *Teaching games for understanding*) yra pripažinti trenerių kaip pagrindinis metodas ugdant U12 (ang. *Until 12*, į komandą *patenka žaidėjai iki 12 metų įskaitant*) komandas, taip pat pritaikomi žaidimų sunkumo lygiai, leidžiantys atsiskleisti žaidėjų fiziniams įgūdžiams (Menezes, 2014) bei protiniams gebėjimams. Kitas svarbus aspektas, į kurį kreipiamas dėmesys, – žaidimu paremtas ugdymas leidžia besimokantiejiems rasti skirtingus taktinius sprendimus, lyginant su technikos mokymo apraiškomis (Menezes et al., 2017).

Apibendrinant galima teigti, kad ŽSAP rengiant sportininkus yra taikomas itin dažnai ir įvairiose sporto šakose (rankinis, futbolas, regbis, krepšinis). Žaidimų pagal šį metodą organizavimas atspindi tos sporto šakos specifiškumą ir geriausiai padeda organizuoti mokymąsi atsižvelgiant į žaidimo taisykles, poilsio pertraukas, fiziologinę žaidėjų veiklą rankinio žaidimo metu. Šis metodas treniruočių procese taikomas sportininkų parengtumui, techniniams ir taktiniams gebėjimams plėtoti.

Rankinio žaidimas per kūno kultūros pamokas

Kūno kultūros pamokos dažnai yra tos, kurias mokyklose reikia mažinti ar net panaikinti sunkiais ekonominiais laikais, išskylus konfliktams ar kitų akademinų sričių spaudimu. Vienas iš svarbiausių elementų kuriant ir palaikant aukštos kokybės standartinę kūno kultūros programą yra nuolatinis tvarus profesinis tobulėjimas. Vis dėlto kūno kultūros mokytojai užsiima profesiniu tobulėjimu, kuris neatkreipia dėmesio į metodus, strategijas ar turinio žinias, darančias įtaką mokinių pasiekimams kūno kultūros pamokose (Devecioglu et al., 2012, 448). Kūno kultūros pratybos apibrėžiamos kaip kūno kultūros specialisto vadovaujama aktyvi fizinė asmens veikla, kurios tikslas nėra rengimasis sporto varžyboms ir (ar) dalyvavimas jose (Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatymo Nr. I-1151 pakeitimo įstatymas, 2018). Mokinių požiūrį į kūno kultūrą ir sportą veikia daugelis veiksnių, kurie gali šį požiūrį nukreipti teigiama arba neigiama linkme. Todėl fizinio ugdymo nuostata formuojama taip, kad būtų kuo palankesnės sąlygos mokinio fiziniam, protiniam, dvasiniam, doriniam, socialiniam ir kultūriniam ugdymui (Blauzdys, Bagdonienė, 2007) bei terpė mokytis įgūdžių, pavyzdžiui, drausmės, pasitikėjimo ir vadovavimo, ir tai perteikia pagrindinius principus, svarbius demokratijai, t. y. tolerancijai, bendradarbiavimą ir pagarbą (Devecioglu et al., 2012).

Fritz, Hatting (1979) teigia, kad rankinio žaidimo mokymo strategijos yra gerai suplanuota veiklos seka, sukurta užtikrinti besimokančiųjų mokymąsi. Strategija šiuo atveju suprantama kaip pasirinkimo variantas, kaip bus įgyvendinamas tikslas. O kalbant apie žaidimo metodo panaudojimą, mokiniai žaisdami žaidimus mokosi, kaip strategiškai pasirinkti veiksmų seką, siekiant nugalėti varžovą. Autoriai kalba apie bendrą mokymosi strategijų taikymą. Taikomas kooperacinis mokymasis, kuris apibūdinamas kaip sisteminga pedagoginė strategija, skatinanti mažą žmonių grupę dirbti kartu siekiant bendrą

tikslų. Tokį žaidimo ugdymo procesą apibūdina Ademe (2006) sudaryta schema, kurioje yra nurodyti tikslai, mokymo programos organizavimas, taktika, kontrolė ir socialinis bei pažintinis ryšys, besimokančiųjų elgesys, užduotys, tvarkos reikalavimai bei rezultatų duomenys. Tačiau trūkstant galimybių įgyvendinti numatytus planus, mokymo proceso įgyvendinimas yra labai ribotas ir tinkamai paruošti mokinius sudėtinga (Belay, 2011). Rankinis turėtų būti mokomas kaip žaidimas, pagrįstas techniniais įgūdžiais, taktinėmis žiniomis bei gebėjimu improvizuoti taip, kad pritrauktų mokinius savo turinio pateikimu. Žinoma, užsiėmimų organizavimas turėtų būti paremtas mąstymu, kuris atsiskleidžia mokant žaidimų, funkcinių pratimų, atitinkančių paties žaidimo specifiką, reikėtų skirti užduotis su keliais sprendimo variantais ir stebėti, kaip besimokantieji suranda sprendimą remdamiesi patirtimi (*Teaching Handball at school*), arba tiesiog leisti jiems žaisti suteikiant judėjimo džiaugsmą.

Ibid (Geneti, 2014, 26) išskyrė šešis aspektus, lemiančius sėkmingą rankinio sporto šakos mokymąsi:

- žvilgsnis į besimokantįjį – jo patirtį, asmeninę tapatybę, žinias apie tai, kaip jis mokosi veiksmų, galinčių paveikti mokymąsi;
- nustatyti mokymosi tikslus – kartu su mokiniais derybų būdu susitarti, kokių mokymosi tikslų bus siekiama;
- nustatyti strategiją savo tikslams pasiekti – susitarimo būdu nusimatyti strategiją iškeltiems tikslams pasiekti;
- pripažinti tikslų pasiekimą – pripažinimas, tam tikra parama, paskatinimas (pvz., šventinis renginys);
- kritiškai apžvelgti mokymąsi, kuris įvyko;
- planuoti kitą mokymosi veiklą.

Organizuojant mokymo procesą turėtų būti atsižvelgiama į šiuos proceso elementus, tikėtina, kad tuomet mokymosi procesas vyktų daug sėkmingiau. Įgūdžių ugdymas vyksta žaidimo metu arba yra lydymas tam tikrų žaidimo situacijų, kur mokiniai yra priversti integruoti naujas koncepcijas ir įgūdžius žaisdami, o mokymo turinys turi būti parengtas taktiškai. Neužtenka mokyti tik perduoti kamuolį pirmyn ar atgal partneriui, bet turi būti atsižvelgiama į taktinį veiksmo panaudojimą. Sportinio ugdymo srityje savarankiškumas, suteikiamas besimokantiems kontroliuojant užduočių atlikimo greitį, priimant sprendimus dėl veiklos rezultatų vertinimo, vienareikšmiškai įtraukia pačius mokinius į mokymąsi. Rengiant fizinio ugdymo programą, jo turinį turėtų sudaryti keletas mokymo(si) strategijų, o skirtingi mokymo modeliai turėtų būti suprantami kaip alternatyvos (Pereira et al., 2016).

Atsižvelgiant į sporto kompetencijos supratimą, kaip protinę techninių ir taktinių įgūdžių sujungimą žaidimo metu, pagrindinis dėmesys skiriamas žaidimams ugdyti (Siedentop et al., 2011). Kompetencija žaidžiant taip pat vertinama kaip gebėjimas atlikti motorinius įgūdžius pagal žaidimo situacijas (Farias et al., 2015) ir bendrus žaidimo veiklos rodiklius (tinkamą / veiksmingą ir netinkamą / neefektyvą žaidimą)

(Mesquita et al., 2012). Dauguma sportinio ugdymo tyrimų yra paremti kompetencija ir dalyvavimu studentų žaidimo veikloje (Araujo et al., 2016) ir žaidimo įtraukime (Wallhead et al., 2013). Kompetenciją šiuo atveju galėtume pateikti kaip asmens žinių, gebėjimų ir asmeninių savybių visumą, panaudojamą konkrečiai veiklai atlikti. Tačiau, nepaisant šių labai teigiamų rezultatų, yra dvi pagrindinės priežastys, kodėl sporto šakos potencialas gali būti naudojamas kaip ilgalaikis mokymo turinio pasiūlymas kūno kultūros pamokų ugdymui, nes šios dvi priežastys – žaidimo veikla ir ištraukimas į žaidimą – kol kas veikia tik studentams, o dar nėra vienareikšmiškai nustatyta, kaip veiktų per kūno kultūros pamokas (Farias et al., 2016).

Portugalijos mokslininkai pateikia sporto šakų (krepšinio, rankinio, futbolo) ugdymo turinį (žr. lentelę), kuris buvo pritaikytas su 12.3 ± 1.3 metų amžiaus mokiniais. Kiekvienos sporto šakos turinys susideda iš taktinių problemų, kurias mokomasi spręsti, pamokų metu panaudojant žaidimo komponentus, numatymo; nurodoma, kaip bus mokomasi (žaidėjų skaičius, žaidimo formos) bei galimas žaidimo mokymo formų kitimas. Šios žaidimo formos praktikuojamos kiekvienoje sezono pamokoje ir žaidžiant čempionato varžybas. Mokiniai modifikuotas užduotis gebėjo susieti su pagrindine žaidimo forma ir taktiškai jas panaudoti. Užduotys buvo paremtos technikos ir taktikos mokymu (Farias et al., 2015). Pastebima, kad mokyklų programoje daugiausia dėmesio skiriama komandiniam žaidimams (Farias et al., 2015, 2018), naudojamos mokymosi užduotys buvo grindžiamos šių žaidimų kompetencijos modeliu, siekiant išspręsti žaidimų taktinio turinio, įgūdžių ir žaidimų problemų specifiškumą (Farias, Mesquita, & Hastie, 2015). Iš tokio žaidimų mokymo organizavimo buvo tikimasi, kad per šiuos tris sezonus, mokydamiesi praktinių užduočių (3 prieš 3 ir kt.) atlikimo formų, žaidėjai sugebės priartėti prie profesionalaus žaidimo situacijų dalyvaudami pagrindinėse varžybose. Be to, šios praktinės užduotys veikia kaip kuriamosios priemonės pagrindiniam žaidimui įgyvendinti. Tokie tyrimai padeda nustatyti, kokios žaidimo variacijos padeda geriau mokytis techninių, taktinių, fizinių įgūdžių, kurie labiausiai tinkami taikyti kūno kultūros pamokose (Coutinho, Reis, Gonçalves, Silva, Sampaio, Leite, 2016).

Apibendrinant galima teigti, kad ŽSAP leidžia plėtoti technines ir taktines galimybes, tuo pat metu didinant motyvaciją dalyvauti žaidimuose bei jų mokytis. Be to, žaidimo sumažintame aikštės plote metodo taikymas kūno kultūros pamokose yra naudingas mokantis sporto šakos, taip pat įvairesnis tampa pamokos turinys, o tai leidžia mokiniais geriau įsisavinti mokomąją medžiagą. Tokio tipo pamokos, sutelktos į žaidimą, skatina motyvaciją ir besimokančiųjų įsitraukimą atliekant užduotis (Coutinho et al., 2016). Taigi galėtume teigti, kad ŽSAP turi didelę praktinę reikšmę mokantis sporto šakų, nes savo specifiškumu leidžia priartėti prie paties žaidimo konteksto.

1 lentelė
Sporto šakų mokymosi turinys trijų sezonų laikotarpiui (Farias et al., 2018)

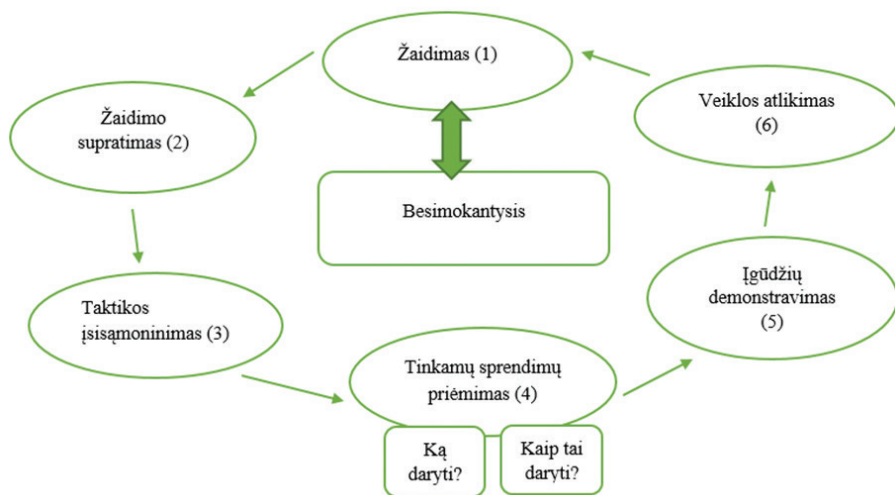
Sezonas	Taktinės problemos	Žaidimo komponentai	Turinys	Žaidimo formos	Praktinės žaidimo formos	Modifikacijos
Krepšinis 20 pamokų 45 min	Taškai, atakavimas link krepšio, erdvės naudojimas atakuojant ir jos saugojimas ginantis	Metimai, perdavimai, kamuolio varymas(is), kontrolė, palaikymas, gynyba (saugojimas)	Kamuolio varymas(is), kamuolio perdavimas nuo krūtinės, metimai, kontrolė, perduoti-bėgti, apgaulingi judėdžiai ir kt.	3 prieš 3	1 prieš 1 2 prieš 0 2 prieš 1 3 prieš 1	Atakavimas iš saugios zonos, jokių užtvarų metant į krepšį, viena ranka gintis, kai meta žemesnio lygio žaidėjas.
Rankinis 16 pamokų 45 min	Sukurti vietą atakuojant, įvarčių pelnymas, gynyba uždarant laisvą plotą	Perdavimai, kamuolio varymas(is), kontrolė, palaikymas, metimas, gynyba	Judėjimas pirmyn, perdavimas, ir žmogaus dalinis dengimas, „užsaldomas“ gynėjas, perdavimas laisvam asmeniui, zoninė gynyba, kamuolio atkovojimas	3 prieš 2 ir vartininkas	4 prieš 4 3 prieš 3 2 prieš 1	Būtinas perdavimas prieš metimą, nėra kamuolio perėmimo, neleidžiama kamuolio perimti po to, kai jis perduodamas, papildomi taškai renkami už (2 prieš 1) žaidimo veiksmą.
Futbolas 18 pamokų 45 min	Sukurti vietą atakuojant, išlaikyti kamuolį, atakuoti į vartus, ginti erdvę	Perdavimai, kamuolio varymas(is), kontrolė, palaikymas, metimas, gynyba	Judėjimas į priekį, perdavimas laisvam asmeniui, „užsaldomas“ gynėjas, platus perėjimas, spyrimas į vartus	3 prieš 2 ir vartininkas	4 prieš 4 3 prieš 3 2 prieš 1 3 prieš 1 3 prieš 2	Negalima perimti kamuolio kiekvienoje iš gynėjų zonoje, kamuolį galima perimti gynėjų zonoje tik vienam žaidėjui, papildomi taškai už perdavimą ir bėgimo veiksmą, papildomi taškai už (2 prieš 1) žaidimo veiksmą.

Rankinio žaidimo ugdymo galimybės panaudojant žaidimus

- Pirmiausia turėtų būti sukuriamas aukštos kokybės, dinamiška ir pavyzdžiais paremta kūno kultūros programa, plėtojanti turinio žinias, ugdymo metodus ir strategijas, būtinybė individualiai mokymosi aplinkai, kuri atitiktų visų besimokančiųjų poreikius (Devecioglu et al., 2012, 446). Mokyklose nacionalinė sporto ir fizinio ugdymo asociacija (2004) pateikia tokius ugdymo standartus, taikomus ugdant mokinius:
 - Motorinių įgūdžių ir judėjimo modelių kompetencija, reikalinga įvairiam fiziniam aktyvumui atlikti;
 - Judėjimo sąvokų, principų, strategijų ir taktikos supratimas, t. y. kaip jie taikomi fiziniam aktyvumui mokytis ir atlikti;
 - Reguliarus dalyvavimas fizinėje veikloje;
 - Pasiektas ir palaikomas sveikatingumo lygis;
 - Atsakomybė už asmeninį ir socialinį elgesį, pagarba sau ir kitiems fizinio aktyvumo metu;
- Fizinės veiklos svarba sveikatai, malonumui, iššūkiui, saviraiškai ir (arba) socialinei sąveikai.

Šie mokymo(si) standartai yra praktikuojami kiekvienoje rankinio pamokoje (Tyson, Martin, 2007). Autoriai sutinka, kad rankinis yra puiki aktyvi veikla kūno kultūros pamokų metu. Tačiau mokymosi turinys priklauso nuo daugelio dalykų. Mokyklose yra ribojama užsiėmimų trukmė ir dažnumas, mokomųjų medžiagų trūkumas, nes nėra tinkamo dėmesio dalyko srčiai, ir kvalifikuotos jėgos trūkumas. Dėl šios priežasties fizinis ugdymas turi nedidelį potencialą prisidėti prie kasdienio mokinių fizinio aktyvumo, o ir sporto šakų sudėtingumas yra skirtingas. Vis dėlto jeigu fizinis ugdymas būtų komponuojamas su kitomis aktyviomis veiklomis ugdymo įstaigose, tai prisidėtų prie jaunų žmonių fizinio aktyvumo (Fairclough et al., 2005).

Aktyvaus žaidimo metu sukuriamas žaidimo vertinimas, kuris padeda suvokti žaidimo tikslo ir taisyklių formavimo svarbą. Susitelkimas į žaidimą ir konkrečias žaidimo situacijas padeda kurti sprendimų priėmimo įgūdžius, todėl vienu metu siekiama „ką daryti“, „kaip tai daryti“ ir „kada tai padaryti“ (žr. paveikslą) (Webb, Pearson, Forrest, 2006). Šis žaidimo modelis nurodo besimokančiojo santykį su žaidimu, vystymosi lygį žaidžiant. Tyrėjai nustatė, kad šio žaidimo modelio naudojimas yra novatoriškas mokantis sportinių žaidimų, sprendžiant įvairias problemas, susijusias su rankinio žaidimo įgyvendinimu. Taip pat buvo nustatyta, kad mokiniai, naudodamiesi mišriu mokymosi metodu, kai buvo naudojamas mokomųjų žaidimų ir virtualios mokymosi aplinkos metodas („Frog Virtual Learning Environment“ (VLE) platforma; tai Malajijos švietimo ministerijos įdiegta mokymo(si) platforma vyriausybinese mokyklose, kuri įtraukta į 2013–2025 metų šalies švietimo tikslus, sprendžiant XXI a. mokymo(si) iššūkius), pasiekė geresnių strateginių ir taktinių žinių sprenddami žaidimų problemas ir priimdami sprendimus žaidžiant rankinį (Jani, Muszali, Nathan, Abdullah, 2018).



Pav. *Žaidimų (teaching games for understanding) modelis pagal Bunkerir Thorpe (1982)*

Autorių Jarret ir Harvey (2016) teigimu, mokinieji žaidimai gali būti naudojami mokinių (studentų) ar sportininkų mokymuisi stiprinti. Šių metodų naudojimas paskatintų mokytojų ir trenerių profesinį tobulėjimą. Tikėtina, kad žaidimais paremta veikla motyvuotų ir mokinius bei studentus. Kalbant apie rankinio žaidimo ugdymo turinį, jį rengiant turėtų dalyvauti tiek mokytojai, tiek kiti rankinio specialistai, kad mokymo turinys turėtų kuo mažiau ribojančių veiksnių. Taigi mokytojų dalyvavimas rengiant mokomąsias programas yra labai svarbus bet kurioje švietimo programoje; tai padeda skatinti darbuotojų įsipareigojimą ir moralinę atsakomybę įgyvendinant norimą mokymo programą (Geneti, 2014).

Būtent todėl sporto mokslo tikslas yra sukurti kompetentingus, raštingus ir entuziastingus sporto žaidėjus, imituojant daugelį bendruomenės sporto komponentų (Siedentop et al., 2011). Visiems modeliams svarbiausia koncepcija, kad žaidimo įgūdžiai geriausiai būtų vystomi autentiškomis aplinkybėmis, kurios labiausiai atspindi situacijas, kuriose bus demonstruojami įgūdžiai (Butler et al., 2010). Svarbiausia mokytojui pasirinkti mokymo strategiją (atrankos metodai, priemonės, organizavimo formos, turimos mokymo medžiagos) ir suderinti pagal dalyvių amžių, sugebėjimo, įgūdžių lygį (Mihaela, Laurentiu-Gabriel, 2014).

Mokinieji žaidimai padeda mokiniams žaidimo metu mokytis mąstyti strategiškai, sukurti tam tikras sekas, kaip bus siekiama atlikti užduotį, tuo pat metu kuriant įgūdžius žaidimo kontekste. Tokie žaidimai priverčia mokinius mąstyti apie problemų sprendimus ir moko kritinio mąstymo (Pearson et al., 2008). Organizuojant ŽSAP, priklausomai nuo žaidėjų skaičiaus, kiekvienas mokinys (ar žaidėjas) dažniau gali liesti kamuolį, dėl šios priežasties atsiranda daugiau galimybių ir ilgesnį laiką valdyti kamuolį – mesti į vartus,

perduoti jį draugui (Koklu, Asci, Kocak, Alemdaroglu ir Dundar, 2011), o tai padeda mokiniui geriau išmokti sporto šakos technikos veiksmų. Žaidimo sąlygos įstumia besimokančiuosius į gynybos ir puolimo situacijas (Dellal, Jannault, Lopez-Segovia and Pialoux, 2011) vienu metu, o šios sąlygos reikalauja iš žaidėjų sumanumo jas tinkamai išspręsti.

Išvados

Užsienio literatūroje ŽSAP metodas plačiai taikomas rengiant sportininkus ir mokant mokinius kūno kultūros pamokose. Žaidimu paremtos treniruotės gali būti alternatyva fizinio rengimo treniruotėms sėkmingai rengiant didelio meistriškumo sportininkus.

Lietuvoje nepateikiama informacijos apie organizuojamas kūno kultūros pamokas, kurių metu mokomasi rankinio sporto šakos, panaudojant žaidimo metodą.

Rankinio programos mokymas, paremtas žaidimo metodu, yra naudingas individualiems ir komandiniam taktiniams, techniniams veiksams plėtoti bei kitiems žaidimo sudedamiesiems veiksams (gynybos / puolimo) tobulinti. Ugdymas per žaidimus leidžia besimokantiems rasti skirtingus sprendimus, moko greitai mąstyti ir būti kūrybiškus.

Naudojant ŽSAP metodą, mokymosi užduotys yra susijusios su konkrečiais žaidimo veiksmis. Svarbu, kad mokiniams pateikiami žaidimai būtų aiškūs, su iš anksto numatytais žaidimo variantais. ŽSAP metodas leidžia vystyti techninius, taktinius, socialinius bei protinius gebėjimus, šis metodas – tai sutelktas mokymasis per žaidimus. Tikėtina, kad inovatyvių metodų taikymas kūno kultūros pamokose padėtų organizuoti pamokas kur kas įdomiau ir savo turiniu sudomintų šiuolaikinį jaunimą.

Literatūra

- Ademe, A. (2006). "Evaluation of Implementations" *A.A.U.*, (M.A. thesis).
- Abrantes, C. I., Nunes, M. I., Macas, V. M., Leite, N. M. Sampaio, J. E. (2012). Effects of the number of players and game type constraints on heartrate, rating of perceived exertion, and technical actions of small-sided soccer games. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 26(4), 976–981.
- Aguiar, M. V., Botelho, G. M., Gonçalves, B. S., & Sampaio, J. E. (2013). Physiological responses and activity profiles of football small-sided games. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 27(5), 1287–1294.
- Araújo, R., Mesquita, I., Hastie, P. A., Pereira, C. (2016) Students' game performance improvements during a hybrid sport education–step-game–approach volleyball unit. *European Physical Education Review*, 22, 185–200.
- Belay, L. (2011). Practice and Challenges of Handball teaching in some Selected Preparatory Schools of Addis Ababa Region. *A.A.U.* (M.sc. thesis).

- Ben Abdelkrim, N., Castagna, C., El Faza, S., & El Ati, J. (2010). The effect of players' standard and tactical strategy on game demands in men's basketball. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 24(10), 2652–2662. doi:10.1519/JSC.0b013e3181e2e0a3.
- Bitinas, B. (2013). *Rinkiniai edukologijos raštai*. I tomas. Vilnius: Lietuvos edukologijos universitetas.
- Blauzdys, V.; Bagdonienė, L. (2007). *Mokinių teigiamo požiūrio į kūno kultūrą kaip mokymosi dalyką ugdymas, didinant jo prasmingumą*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
- Buchheit, M. (2014). Programming high-intensity training in handball. *Aspetar Sports Medicine Journal*, 3, 120–12. .
- Bunker, D., Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in the secondary school. *Bulletin of Physical Education*, 18(1), 5–8.
- Butler, J., Griffin, L. (2010). More teaching games for understanding: Moving globally. *Human Kinetics*, 1–248.
- Clemente, F. M., Rocha, R. F. (2012). The effects of task constraints on the heart rate responses of students during small-sided handball games clemente. *Kinesiologia Slovenica*, 18(2), 27–35.
- Corvino, M. (2016). Analysis Of Load And Players' Effort In 4vs4 Small-Sided Handball Games In Relation To Court Dimensions. *Kinesiology: International journal of fundamental and applied kinesiology*, 48(2), 213–222.
- Corvino, M., Tessitore, A., Minganti, C., Sibila, M. (2014). Effect of court dimensions on players' external and internal load during small-sided handball games. *Journal of Sports Science and Medicine*, 13(2), 297–303.
- Coutinho, D. A. M., Reis, S. G. N., Gonçalves, B. S. V., Silva, A. M. P., Sampaio, A. J. D. E., Leite, N. M. C. (2016). Manipulating the number of players and targets in team sports: small-sided games during physical education classes. *Revista de psicología del deporte*, 25(1), 169–177.
- Currie, J. L. (2013). Teaching Physical Education in Primary School - An integrated health perspective, *Publisher: ACER Press*, 112–118.
- Cushion, C., Jones, R. (2006) Power, discourse, and symbolic violence in professional youth soccer: The case of Albion Football Club. *Sociology of Sport Journal*, 23(2), 142–161.
- Dellal, A., Chamari, K., Wong, D. P., Ahmaidi, S., Keller, D., Barros, M. L. R., ... Carling, C. (2011). Comparison of physical and technical performance in European professional soccer match-play: The FA Premier League and La LIGA. *European Journal of Sport Science*, 11, 51–59. doi:10.1080/17461391.2010.481334.
- Dellal, A., Jannault, R., Lopez-Segovia, M., Pialoux, V. (2011). Influence of the numbers of players in the heart rate responses of youth soccer players within 2 vs. 2, 3 vs. 3 and 4 vs. 4 small-sided games. *Journal of Human Kinetics*, 28, 107–114.
- Devecioglu, S., Sahan, H., Tekin, M., Yildiz, M. (2012). Development of innovation strategies for sports education. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 445–449.
- Fairclough, S., Stratton, G. (2005). Physical activity levels in middle and high school physical education: a review. *Pediatric exercise science*, 17(3), 217–236.
- Farias, C., Mesquita, I., Hastie, P. A. (2015) Game performance and understanding within a hybrid Sport Education season. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34, 363–383.

- Farias, C., Mesquita, I., Hastie, P. A. (2016) The Sport Education Model: Research update and future avenues for practice and investigation. *Portuguese Journal of Sports Sciences*, 16, 73–96.
- Farias, C., Valério, C., Mesquita, I. (2018). Sport Education as a Curriculum Approach to Student Learning of Invasion Games: Effects on Game Performance and Game Involvement. *Journal of sports science & medicine*, 17(1), 56.
- French, K. E., Thomas, J. R. (1987). The relation of knowledge development to children's basketball performance. *Journal of Sport Psychology*. 9, 15–32.
- Fritz, Hatting, P. (1979). Handball Technique-Tactics, *International Handball Federation*, Germany.
- Garganta, J. (1998). Para uma teoria dos jogos desportivos colectivos. In Graça A, Oliveira J, editors. *O ensino dos jogos desportivos*. 3 ed. Porto: Universidade do Porto/Centro de Estudos dos Jogos Desportivos; 11–26.
- Geneti, T. T. (2014). *A Thesis Submitted to Collage of Graduate Studies Addis Ababa University in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Masters of Science in Handball Coaching*. Adis Ababa.
- Goodman, T., Snow, S. (2003). Small sided games manual. *Coaching education department*, 1–64.
- Halouani, J., Chtourou, H., Gabbett, T., Chaouachi, A., & Chamari, K. (2014). Small-sided games in team sports training: a brief review. *The journal of strength & conditioning research*, 28(12), 3594–3618.
- Harrison, C. B., Kilding, A. E., Gill, N. D., & Kinugasa, T. (2014). Small-sided games for young athletes: is game specificity influential? *Journal of sports sciences*, 32(4), 336–344.
- Harvey, S., Song, Y., Baek, J.H., van der Mars, H. (2016). Two sides of the same coin: student physical activity levels during a game-centred soccer unit. *European Physical Education Review*, 22(4), 411–29.
- Hellison, D. (1995). *Teaching Responsibility through Physical Activity*. Champaign, IL, *Human Kinetics*.
- Hill-Haas, S. V., Dawson, B., Impellizzeri, F., M., Coutts, A., J. (2011). Physiology of small-sided games training in football a systematic review. *Sports Medicine*, 41(3), 199–220.
- Holt, N., Streat, W. B., García, B. E. (2002). Expanding the Teaching Games for Understanding model: new avenues for future research and practice. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21, 162–76.
- Hopper, T. (2002). Teaching games for understanding: the importance of student emphasis over content emphasis. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance* 73(7), 44–48.
- Irwin, G., Kerwin, D. (2007). Biomechanics for coaches. In: *An introduction to sports coaching*. Ed: Jones R.L., Hughes M., Kingston K., editors. London: Routledge, 87–100.
- Jani, J., Muszali, R., Nathan, S., & Abdullah, M. S. (2018). Blended Learning Approach Using Frog VLE Platform Towards Students' Achievement in Teaching Games for Understanding. *Journal of Fundamental and Applied Sciences*, 10, 1130–1141.
- Jarrett, K., Harvey, S. (2016). Similar, but not the same: comparing the game based approaches of TGfU and Game Sense. *eJournal de la Recherche sur l'Intervention en Education Physique et en Sport*, 38, 92–113.

- Jones, R., Turner, O. (2006). Teaching coaches to coach holistically: The case for a Problem-Based Learning (PBL) approach. *Physical Education and Sport pedagogy*, 11, 181–202.
- Jowett, S., Ntoumanis, N. (2004). The coach-athlete relationship questionnaire (CART-Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport*, 14, 245–257.
- Karpan, G., Škof, B., Bon, M., & Šibila, M. (2015). Analysis of female handball players' effort in different playing positions during official matches. *Kinesiology: international journal of fundamental and applied kinesiology*, 47(1), 100–107.
- Koklu, Y., Asci, A., Kocak, F. U., Alemdaroglu, U., Dundar, U. (2011). Comparison of the physiological responses to different small-sided games in elite young soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(6), 1522–1528.
- Koklu, Y., Ersoz, G., Alemdaroglu, U., Asci, A., Ozkan, A. (2012). Physiological responses and time-motion characteristics of 4-a-side small-sided game in young soccer players: The influence of different team formation methods. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 26(11), 3118–3123.
- Lietuvos kūno kultūros ir sporto įstatymo Nr. I-1151 pakeitimo įstatymas (2018). Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/f585e4e2d85611e8820ea019e5d9ad04?jfwid=-k3id7vg5t>.
- Light, R. (2004). Coaches' experiences of Game Sense: opportunities and challenges. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 9(2), 115–31.
- Meidus, L. (2006). *Rankininkų sąveikos ugdymas*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas.
- Memmert, D., Almond, L., Bunker, D., Butler, J., Fasold, F., Griffin, L., (2015). Top 10 Research Questions Related to Teaching Games for Understanding. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 86(4), 347–59.
- Memmert, D., Harvey S. (2010). Identification of non-specific tactical tasks in invasion games. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(3), 287–305.
- Memmert, D., Roth, K. (2007). The effects of non-specific and specific concepts on tactical creativity in team ball sports. *Journal of sport science*, 25(12), 1423–1432.
- Menezes, R. P., Marques, R. F. R., Nunomura, M. (2017). Teaching handball to players under-12: the perspective of Brazilian coaches. *Motriz: Revista de Educação Física*, 23(4), 1–8.
- Menezes, R. P., Marques, R. F. R., Nunomura, M. (2014). Especialização esportiva precoce e o ensino dos jogos coletivos de invasão [Early sport specialization and the teaching of invasion games]. *Movimento*, 20(1), 351–73.
- Mesquita, I., Farias, C., Hastie, P.A. (2012). The impact of a hybrid Sport Education-Invasion Games Competence Model football unit on students' decision making, skill execution and overall game performance. *European Physical Education Review*, 18, 205–219.
- Mihaela, I. T., Laurentiu-Gabriel, T. (2014). Teaching approach to enhance motor skills for students in primary school. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 152, 746–751.
- National Association for Sport and Physical Education (2004). *Moving into the future: National Standards for Physical Education (2nd ed.)*. Reston, VA: Author.

- Ortega, E., Alarcón, F., Piñar, M. (2012). Modificaciones reglamentares en baloncesto de formación: Un nuevo equipamiento, una nueva perspectiva. In A. Antúnez and S. J. Ibáñez (Eds.), *El camino hacia la excelencia en baloncesto* (pp. 135–159). Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiv.
- Owen, A. L., Wong, D. P., McKenna, M., Dellal, A. (2011). Heart rate responses and technical comparison between small-vs. Large-sided games in elite professional soccer. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(8), 2104–2110.
- Owen, A., Twist, C., Ford, P. (2004). Small-sided games: The physiological and technical effect of altering pitch size and player numbers. *Insight*, 7(2), 50–53.
- Pearson, P., Webb, P., McKeen, K. (2008). Developing cognitive abilities through games: A conundrum? *Australasian Journal of Gifted Education*, 17(1), 30–37.
- Pereira, J., Araújo, R., Farias, C., Bessa, C., Mesquita, I. (2016). Sport education and direct instruction units: comparison of student knowledge development in athletics. *Journal of sports science & medicine*, 15(4), 569.
- Ravier, G., Hassenfratz, C., Bouzigon, R. (2017). Reproducibility of heart rate and perceptual demands of game-based training drills in handball players. / reprodutibilidade da frequência cardíaca e percepção de demandas do treinamento baseado em jogos em atletas de handebol. *Brazilian Journal of Kineanthropometry & Human Performance*, 19(5), 515–525.
- Santos, S., Mesquita, I., Graça, A., Rosado A. (2010). Coaches' perceptions of competence and acknowledgement of training needs related to professional competences. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9, 62–70.
- School Sport and Competition, Oxford: Meyer & Meyer Sport (2000). Article (p. 115–129): School Sports in America: the Production of “Winners” and “Losers” written by Prof. Dr. C. Roger Rees from Department of Health Sciences, *Physical Education and Human Performance Science*, Adelphi University, Garden City, NY 11530, USA.
- Siedentop, D., Hastie P.A., Van der Mars, H. (2011). *Complete guide to sport education*. 2 nd edition Champaign, IL: Human Kinetics.
- Silva, B., Garganta, J., Santos, R., & Teoldo, I. (2014). Comparing tactical behaviour of soccer players in 3 vs. 3 and 6 vs. 6 small-sided games. *Journal of human kinetics*, 41(1), 191–202.
- Stonkus, S. (2002). *Sporto terminų žodynas*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
- Teaching Handball at school Introduction to handball for students aged 5 to 11. *Developed by the IHF working group „Handball at school“: P. Bana (FRA), D. Späte (GER), A. Lund (DEN), P. Strub (IHF office), A. Khalifa (IHF office)*. Prieiga per internetą: http://www.ihf.info/files/Uploads/Documents/10285_Booklet_en.pdf.
- Thompson, A., Bezodis, I., Jones, R. (2009). An in-depth assessment of expert sprint coaches' technical knowledge. *Journal of Sports Sciences*, 27(8), 855–861.
- Tyson, P., Martin, L. (2007). *Teaching Handball In the Middle and Secondary Schools*. Tucson, United States Handball Association.
- Wallhead, T., Garn, A.C., Vidoni, C., Youngberg, C. (2013). Game play participation of amotivated students during sport education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 32, 149–165.

Webb, P., Pearson, P., Forrest, G. (2006, October). Teaching Games for Understanding (TGfU) in primary and secondary physical education. Paper presented at the ICHPER-SD *International Conference for Health, Physical Education, Recreation, Sport, and Dance, 1st Oceanic Congress*, Wellington, New Zealand, 1–4 October 2006.

The Use of the Small-sided Games Method in a Reduced Pitch Area for Learning Handball

Rasa Mikalonytė

Vytautas Magnus University, Academy of Education, T. Ševčenkos g. 31, Vilnius, Lietuva, rasa.mikalonyte@gmail.com

Summary

Sports of playing games for student's competence are rapidly growing and beneficial in the process of the development of skills. The article provides material on handball training in physical education lessons and informal environments (workouts), using a small-sided games method (SSG). The benefits of this method have been proven in the preparation of high-performance athletes, seeking the highest results in the competition. Team handball has become a modern and fast game that fascinates viewers and participants in much more foreign arenas. Therefore, it is particularly important that children and adolescents in schools can try this game at innovative methods.

A problem-related question arises – how to organize physical education classes using a small-sided game method, teaching handball to make them more relevant to youth? *The aim:* to reveal how small sided games (SSG) can help quickly master the content of a learning game and contribute to handball promotion in schools. *The article uses the analysis of scientific literature.*

Training based on techniques denies tactical training by dividing them, but gaming provides a new meaning, which allows to follow the integrity of the game (technique, tactics, thinking, social aspects) education. Usually, the basis for such gaming method relies on certain task limitations, which change the usual characteristics of the game, but maintain the main principle of the game.

Conclusions. A handball training program based on game method is beneficial to the development of individual and team tactical, technical activities and improvement of other gaming components. Education through games allows the trainees to discover different solutions, teaches how to think fast and make the right decisions. Training tasks are completely connected to certain handball actions by applying SSG method. For that reason, small games could be the best ones for students involvement in playing games.

Keywords: *Team handball, small-sided games (SSG), sport education.*

Gauta 2019 03 18 / Received 18 03 2019
Priimta 2019 06 26 / Accepted 26 06 2019