

Ефективність ігрових техніко-тактичних дій волейболісток високої кваліфікації

Зінченко Н. В., Паєвський В. В.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Стаття розглядає питання реалізації технічних прийомів кваліфікованими волейболістками в умовах змагальної діяльності.

Ключові слова: кваліфіковані волейболістки, технічні прийоми, змагальна діяльність.

Актуальність. Техніко-тактичний рівень сучасного волейболу достатньо високий, і подальше його підвищення вимагає узагальнення передового досвіду, *всебічного* обґрунтування системи підготовки. При аналізі ігрової діяльності окремих гравців і команд в цілому можна виявити досягнення та характерні недоліки кожної команди і гравця.

Аналіз літературних джерел показує, що в практиці волейболу досить ґрунтовно вивчено питання контролю змагальної діяльності (В. М. Маслов, 2005; В. В. Амалін; 2002), тренувального процесу (І. Г. Максименко, 2000), техніки ударних рухів (С. С. Єрмаков, 2005), відеокomp'ютерний контроль технічної підготовки (М. О. Носко, 1999–2012), технічні засоби оперативного педагогічного контролю (В. М. Сероштан, 1987; М.О.), тренувального процесу волейболістів (Є. В. Кудряшов, 2005), комплексного біомеханічного контролю в тренувальному процесі волейболістів (С. В. Гаркуша, О. В. Осадчий, 2011).

Незважаючи на це, залишається ще багато суперечних і нерозв'язаних питань, вирішення яких підвищить ефективність тренувального процесу.

Будь-який тренер, враховуючи конкретні показники своїх гравців може внести певні зміни у зміст та методику проведення наступних тренувальних занять з урахуванням отриманих даних, поліпшити керування тренувальним процесом, а також вміло керувати діями команди під час змагань.

Дослідження цього питання є актуальним на даному етапі. Пошук нових форм та шляхів удосконалення ефективності техніко-тактичної підготовленості у волейболі може бути використано не тільки для теорії фізичного виховання, але і для практики спортивного тренування у волейболі загалом.

Мета роботи - дослідити реалізацію технічних прийомів кваліфікованих волейболісток в умовах змагальної діяльності з метою удосконалення навчально-тренувального процесу.

Методи дослідження носять комплексний характер і містять такі методики: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, відео зйомка, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Високих спортивних результатів неможливо досягнути без оволодіння досконалою технікою рухів, у зв'язку з цим, проблема підвищення технічної майстерності на фоні фізичної готовності спортсменів була і залишається актуальною, особливо в складних у технічному

відношенні видах спорту.

Взаємозв'язок технічної і фізичної підготовки є провідним принципом спортивного удосконалювання і полягає в тому, що цілеспрямоване виховання фізичних якостей повинно одночасно сприяти удосконаленню спортивної техніки.

Результати педагогічних спостережень свідчать, що частка подач і нападаючих ударів (%) у загальному арсеналі технічних дій волейболісток команди «Харків'янка» складає: подачі – $23 \pm 2,1\%$; нападаючі удари – $27 \pm 1,6\%$. Найчастіше виконується подача у VI зону – $35,97 \pm 1,7\%$, у V зону виконується $28,98 \pm 2,3\%$ подач, у I зону – $22,47 \pm 1,4\%$ подач. Найменший відсоток подач у II і IV зони – по $0,93 \pm 0,4\%$ (рис. 3.3). Виграні очки з подачі становлять $4,67 \pm 2,1\%$, програні м'ячі з подачі становлять: $10,38 \pm 0,2\%$ – м'ячі які попали за межу майданчика, і $2,26 \pm 0,1\%$ м'ячі які попали у сітку, загалом $13,64 \pm 0,3\%$ програних м'ячів.

Нападаючі удари найчастіше виконуються з четвертої зони 42% , а їхня ефективність становить $49,5\%$, у другій зоні – 28% , але з цієї зони найбільший відсоток ефективності – 54% . У третій зоні – 11% , ефективність – 37% , у 3 шостій зоні – 11% , ефективність становить 44% . Еквівалент нападаючих ударів у третій і шостій зонах однаковий, але в шостій зоні ефективність значно вища – 44% , а в третій – 37% . З першої зони виконується $4,3\%$ нападаючих ударів, ефективність становить $38,46\%$. З п'ятої зони – $3,7\%$ нападаючих ударів, ефективність – 42% .

За результатами спостережень за волейболістками команди «Харків'янка» встановлено, що загальний коефіцієнт корисної дії складає: прийом м'яча з подачі – 49% ; подача – 20% ; атакуючий удар – 31% ; блокування – 43% ; захисні дії – 63% ;

І загальний коефіцієнт корисної дії по всіх 12 іграх складає 43% . З 12 ігор виграли 8, а саме ті ігри, коли ККД загальних техніко-тактичних дій складає більш 45% .

Отримані в ході досліджень дані дозволили визначити коефіцієнт корисної дії, що забезпечує ефективну змагальну діяльність волейболісток.

Перспективним напрямком подальшого дослідження вважаємо вивчення шляхів підвищення ефективності визначення техніко-тактичної підготовленості волейболісток із застосуванням технічних засобів контролю.

Література

1. Беляев А. В. Обучение техники игры в волейбол и её совершенствование Метод пособие для ВУЗов / А. В. Беляев. – М.: Человек, 2009. – 56 с.
2. Кудряшов Є. В. Побудова і контроль тренувального процесу волейболісток на етапі спеціалізованої базової підготовки: Дис. ... канд. наук з фіз. вих. та спорту.: 24.00.01. – Харків, 2004. – 256 с.
3. Мельник А. Ю. Исследование эффективности подачи в волейболе на основе технологии баз данных Microsoft Access / А. Ю. Мельник // Слобожанський науково-спортивний вісник – Х: ХДАФК, 2013. – №3. – С. 185–189.
4. Мельник А. Ю. Роль змагальної діяльності в підвищенні рівня сучасного волейболу / А. Ю. Мельник, Е. Я. Стрельникова, Т. П. Ляхова // Спортивные игры. – 2015. – №. 11. – С. 115–117.

5. Осадчий О. В. Вплив спеціальних засобів навантаження на стан технічної майстерності волейболістів різних вікових груп: Дис. ... канд. наук з фіз. вих. та сп.: 24.00.01. – Харків, 2006. – 235 с.
6. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
7. Помещикова И. П. Анализ выступления команды девушек Украины на чемпионате Европы по баскетболу в 2012 году / И. П. Помещикова, А. С. Кучеренко, И. М. Евтушенко //Физическое воспитание студентов. – 2013. – Т. 1. – С. 49–53.
8. Помещикова И. П. Исследование эффективности выступления мужской сборной команды Украины на чемпионате мира по баскетболу в 2014 году / И. П. Помещикова, Н. А. Пашенко, Н. И. Чуча, Е. Я. Стрельникова. //Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2015. – №. 2. – С. 161–165.

Інформація про авторів:

Зінченко Н. В. – студентка

Харківська державна академія фізичної культури

Пасєвський В.В.– доцент кафедри спортивних і рухливих ігор, к.фіз.вих.,
доцент

Харківська державна академія фізичної культури

E-mail: v.paevskiy2@mail.ru