

УПРАВЛЕНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ КОМАНДЫ
В ВОДНОМ ПОЛО



Евпак Наталия

Национальный университет физического воспитания и спорта
Украины

Анотація

Управління змагальною діяльністю в командних видах спорту ґрунтується на підборі і застосуванні тактичних схем ведення гри. Особливе значення необхідно приділяти індивідуальному підходу у формуванні тактики гри для застосування серед жіночих ігрових команд, де рівень прояву спеціальної підготовленості спортсменок залежить від циклічності змін їх функціонального стану. Отримані дані допоможуть обґрунтувати вибір тактичних рішень і способи протидій команді-супернику та будуть сприяти ефективному управлінню змагальною діяльністю жіночих команд у водному поло.

Ключові слова: водне поло, спортсменки, ватерполістки, змагання, управління, функціональні можливості, команда, тактика.

Annotation

Management of competitive activity in team sports is based on the selection and application of tactical schemes of the game. Particular importance should be given to an individual approach in the formation of the tactics of the game, for the use of women's teams playing, where the level of manifestation of specially trained athletes depends cyclically changing their functional state. The findings will help to justify the choice of tactical solutions and ways to counter the opposing team, what will contribute to the effective management of the competitive activities of women's teams in water polo.

Key words: water polo, athlete, water polo players, competition, management, functionality, team tactics.

Постановка проблеми. Актуальность вопросов подготовки и улучшения уровня выступления на соревнованиях спортсменок Украины в водном поло объясняется развитием данного вида спорта в мире и включения его в программу XXVII Олимпийских игр. Но недостаточный уровень подготовленности украинских команд на современном этапе и количество лицензий (6) в водном поло среди женских команд является основными причинами невозможного конкурирования с ведущими командами мира за участие в Олимпийских играх. В связи с этим возникает необходимость более детальных исследований соревновательной деятельности в водном поло и оптимизации путей ее управления.

Анализ основных исследований и публикаций. В доступной нам литературе мы определили, что многие авторы предлагают тактические схемы ведения игры в защите и нападении, где выбор тактики зависел от потенциальных возможностей команды-соперника и в меньшей степени учитывался уровень специальной подготовленности игроков своей команды [1, 2, 3, 4]. Возникает четкая необходимость для составления тактических схем при действиях команды, основанных на индивидуальных возможностях игроков в каждый конкретный соревновательный период. Осо-



бое значение данный индивидуальный подход в формировании тактики игры необходим для применения среди женских игровых команд, где уровень проявления специальной подготовленности спортсменок зависит от изменяющегося уровня их функционального состояния. Как известно из литературы и подтверждено нашими исследованиями, изменения гормонального статуса организма женщин на протяжении менструального цикла оказывает влияние на проявление их физических качеств и работоспособности [4, 5, 6, 7, 8, 9].

Поэтому целью нашей работы явилось разработка практических рекомендаций по управлению соревновательной деятельностью и использованию моделей тактических схем в водном поло с учетом индивидуальных возможностей спортсменок.

Результаты исследований и их обсуждение. В задачи стратегического управления выступлением команды входит конкретизация подготовки к встречам с определенными противниками, подбор специальных технико-тактических средств и приемов, определение рациональных игровых составов, выявление целесообразного варьирования заменами. Именно благодаря неограниченному количеству замен можно использовать все наиболее эффективные стороны подготовленности спортсменок в зависимости от решения возникающих игровых моментов. Стратегическое управление командой включает в себя решение комплекса вопросов, связанных с участием команды на соревнованиях в целом. Правильное стратегическое управление игровым коллективом должно базироваться на знаниях тренера не только об уровне общей подготовленности спортсменок, но и на умении заранее предопределять степень возможной реализации игрового потенциала каждой из ватерполисток.

В командных спортивных играх тактика имеет первостепенное значение, являясь одним из весьма важных слагаемых успеха в спортивной борьбе. Тактика обеспечивает рациональное применение технических средств ведения игры.

Определяя средства и методы борьбы, которые будут использованы в поединке с определенным соперником, необходимо учитывать индивидуальные особенности спортсменок обеих встречающихся сторон и конкретную обстановку предстоящего матча. В водном поло большое, а порой – определяющее значение имеет успех в единоборстве каждой пары противодействующих друг другу соперников. Необходимо заранее правильно предопределить соотношение сил в каждом индивидуальном взаимодействии игроков и насколько возможно нейтрализовать острые действия соперника. Правильная расстановка и определение функций каждого игрока в этом взаимодействии будет способствовать успешным действиям всей команды. Избирая конкретный план действий, надо учитывать индивидуальные преимущества ватерполисток своего состава, с тем, чтобы возможно полнее и неожиданнее для соперников использовать их в интересах своего коллектива. Не менее важно предусмотреть меры нейтрализации индивидуально сильных игроков противника, определить надежные пути противоборства им. И, наоборот, при наличии в составе команды игроков, которые выгодно выделяются уровнем мастерства, необходимо обеспечить им посредством тактических приемов успешное функционирование в условиях игровой деятельности.

При моделировании деятельности группы спортсменок в ряде случаев нами установлено, что игроки, несмотря на соответствующий уровень подготовленности и высокую степень индивидуального мастерства, не могут в пол-

ной мере проявить свои игровые возможности. Причиной возможных неэффективных или ошибочных игровых действий является функциональное состояние спортсменок, обусловленное специфическими гормональными изменениями их организма на протяжении менструального цикла (МЦ).

Так, из данных литературы известно, и в наших исследованиях подтверждено, что оптимальными фазами для проявления спортсменками индивидуального мастерства является постменструальная и постовуляторная фазы по сравнению с менструальной, предменструальной и овуляторной. Поэтому предопределение индивидуальных тактических задач должно основываться на учете фаз МЦ, отводя наиболее значимые функции спортсменкам на периоды благоприятные для проявления их индивидуального мастерства, что в свою очередь способствует рациональному использованию ее функциональных возможностей для достижения оптимального соревновательного результата.

Для определения основных тактических решений в игровой деятельности ватерполисток с учетом индивидуальных особенностей необходимо обозначить и охарактеризовать специализацию игроков по игровому амплуа. Каждый игрок команды решает определенные задачи, в соответствии с которыми спортсменок делят по амплуа на нападающих, полузащитников, защитников и вратарей.

Качества, определяющие эффективную игровую деятельность, нападающего – результативность, подвижность, атакующий характер действий в нападении. Нападающий должен свободно ориентироваться и действовать в зоне штрафной площадки соперника, эффективно взаимодействовать с партнерами, в заключительные моменты атак и сложных такти-



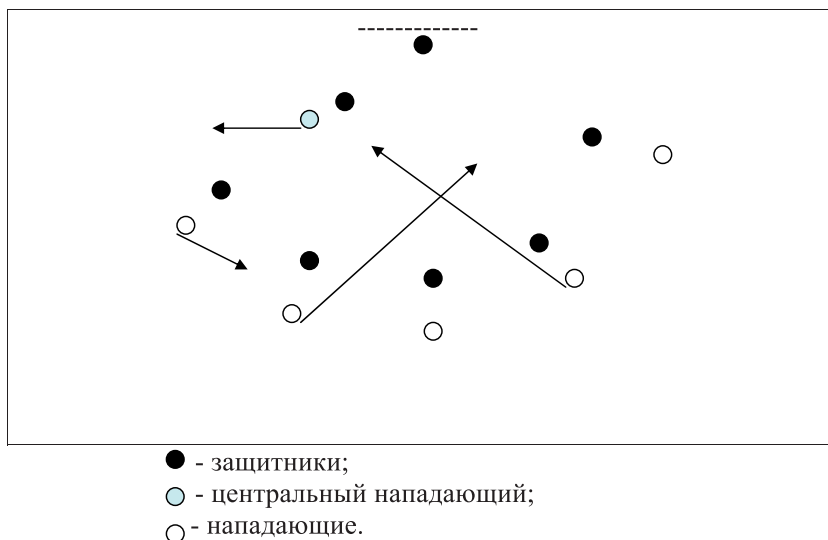


Рис. 1. Тактика подвижного нападения в водном поло

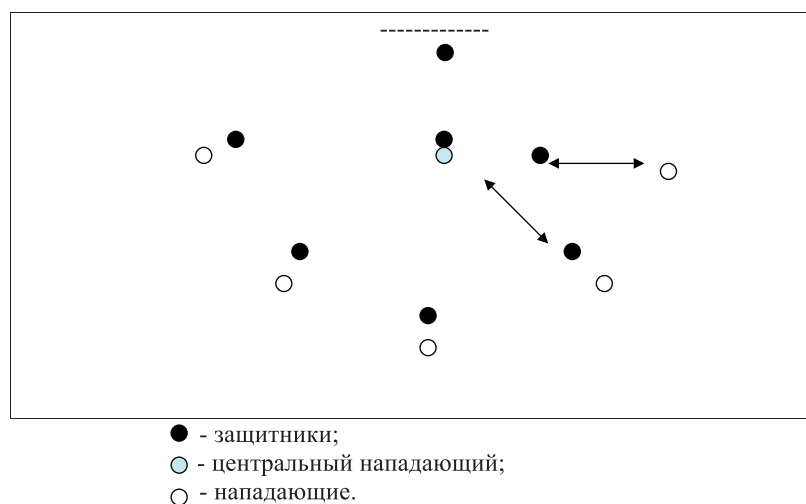


Рис. 2. Тактика защиты – подстраховка в игре водное поло

ческих комбинаций. Совершенное владение техникой бросков по воротам и осуществление результативных передач определяют уровень мастерства нападающего. Помимо выполнения игровых действий атакующего характера в функции нападающего входят эффективные действия в защите, заключающиеся главным образом в локализации контрдействий противника. На основании полученных экспериментальных данных и выявленных закономерностей

изменения физической работоспособности в разные фазы МЦ нами могут быть рекомендованы определенные тактические схемы взаимодействия игроков на поле для эффективных игровых действий. Так, с учетом функций, которые должны выполнять спортсменки нападающего игрового амплуа – мы рекомендуем ограничение в выполнении заключительных наиболее значимых в игровом плане действий для ватерполисток, таких как бросок в ворота,

выполнение пенальти, бросок при численном преимуществе, которые должны выполняться с наибольшей положительной вероятностью. Необходимо сконцентрировать и обратить внимание на эффективные действия в защите. Для ватерполисток необходимо ограничить продолжительность участия в игре, отдавая предпочтение меньшей продолжительности, но с большим количеством замен, так как в фазы физиологического напряжения у спортсменок отмечается повышенная утомляемость и замедление процессов восстановления.

Особенными функциями характеризуется деятельность центрального нападающего. Большинство команд, имея в своем составе квалифицированного игрока данного амплуа, используют так называемое нападение одним игроком, основанное на его эффективных действиях. Выдвинутый вперед нападающий располагается в непосредственной близости от атакуемых ворот и, получив передачу, сразу же пытается выполнить бросок или отдать результативную передачу. Такие действия требуют от спортсменки высокого технического мастерства и развития физических качеств. На основании произведенных нами исследований об изменении специальной работоспособности спортсменок мы не рекомендуем использование тактики игры, основанной на действиях центрального нападающего в фазы физиологического напряжения.

Необходимо ограничить функции центрального нападающего, обусловив его перемещение на край поля, чем он будет ограничивать функции своего защитника и освободит центральную зону возле ворот для подвижных действий игроков своей команды (рис. 1). Таким образом, наиболее эффективной в данном случае является тактика подвижного нападения, в которой основным



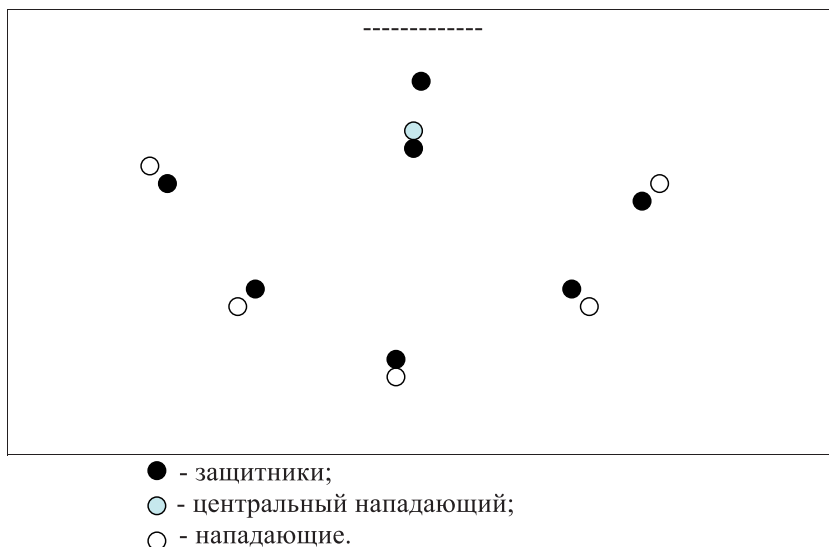


Рис. 3. Тактика защиты – прессинг в игре водное поло

образом задействованы полузащитники.

Для предотвращения неэффективных действий игроков центральной защиты целесообразным является применение тактики игры – подстраховка, которая заключается в постоянном привлечении игроков других амплуа к защитным функциям против наиболее опасных в стратегическом отношении соперников (рис. 2). Подстраховка может осуществляться полузащитниками с разных позиций, но в каждом конкретном случае четко оговаривается тренером и осуществляется не более чем тремя игроками поочередно. Наиболее распространенный и эффективный вариант подстраховки обеспечивается полузащитниками с неудобного края и применяется для нейтрализации действий центрального нападающего

Еще одним тактическим вариантом действий центрального защитника в случае снижения его функциональных возможностей и проявления специальной работоспособности, может быть использование командой тактики защиты – прессинг (рис. 3). В этом случае центральный защитник занимает позицию перед

центральным нападающим, ограничивая тем самым передачу паса и возможность выполнения игровых функций центрального нападающего. В то же время остальные игроки стараются оттеснить нападающих, как можно дальше от своих ворот, блокируя пас в центр.

Для предотвращения неэффективных действий вратаря необходимо применение тактики игры в защите, всей команды, которой является персональная опека, тем самым блокируя броски в ворота. Данный вид оборонительных действий характеризуется непрерывным противодействием своим персональным соперникам. Все защищающиеся контролируют действия определенных соперников, стараясь полностью нейтрализовать их наступательные действия. Персональная опека не исключает свободного выбора способов и средств для предотвращения активности соперников. Основным в применении такой тактики защиты является оттеснение игроков команды соперника на максимальное расстояние от своих ворот, и предотвращение или блокировка возможных ударов по воротам.

Решающее значение в органи-

зации эффективной коллективной игры имеет правильное комплектование состава команды и четкое распределение функций между игроками. Успешность действий команды определяется высоким уровнем профессиональной подготовленности ее членов.

Рекомендации по построению соревновательной тактики команды и определению индивидуальных действий ватерполисток внедрены в практику выступлений ведущих команд Украины, а также сборной команды Украины. Результаты внедрения свидетельствуют о росте эффективности соревновательной деятельности команд и степени реализации индивидуальных возможностей спортсменов в водном поло.

Выводы. Для более эффективного управления соревновательной деятельностью необходимо комплексно оценивать специальную подготовленность своей команды, что даст возможность определить пути реализации технических возможностей ватерполисток. Полученные данные помогут обосновать выбор тактических решений и способы противодействий команде-сопернику, чем будут способствовать эффективному управлению соревновательной деятельностью женских команд в водном поло.

Литература

1. Давыдова В. Ю. Водное поло : Учеб. пособие / В. Ю. Давыдова // Волгоградская ГАФК. – Волгоград, 2001. – 42 с.
2. Земцов Й. Ф. Комплексная оценка специальной работоспособности ватерполисток / Й. Ф. Земцов // Дис. ... канд. пед.наук. – К., 1993.- 168 с.
3. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 1. – 680 с.



4. Ребицкая Н.А. Оценка эффективности соревновательной деятельности спортсменок, специализирующихся в водном поло / Н. А. Ребицкая // Олімпійський спорт і спорт для всіх: 9 міжнародний науковий конгрес, присвячується 75-річчю НУФВСУ: тези доповідей / ред. В. М. Платонов [та ін.]. – Київ: Олімпійська література, 2005. – С. 410.
5. Соболева Т.С. Проблемы женского спорта / Т.С. Соболева // Спорт. медицина. – 2004. № 1-2. – С.11-20.
6. Соха Т. Морфофункциональные особенности женщин-спортсменок в аспекте полового диморфизма / Т. Соха // Теория и практика физ. культуры. – 2001. – № 11. – С. 2-6.
7. Шахлина Л.Я-Г. Медико-биологические основы спортивной тренировки женщин / Л.Г. Шахлина – К.: – Наук. думка. – 2001. – 326 с.
8. Шахлина Л. Я-Г. Психофизиологическое состояние спортсменок высокой квалификации, специализирующихся в дзюдо, в разные фазы менструального цикла / Л.Я-Г. Шахлина, М.А. Чистякова // Лечеб. физ. культура и спорт. медицина. – 2013. - № 8. – С. 11-16.
9. Шахлина Л.Я-Г. Особенности функциональной адаптации организма спортсменок высокой квалификации к большим физическим нагрузкам / Л.Я-Г. Шахлина // Спортивна медицина. – 2012. – № 1. – С. 20-30.

