



АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ПЛЯЖНОМУ ВОЛЕЙБОЛІ

Соловей Олександр, Гунченко Валерій

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Аннотация

Стаття посвящена аналізу і оцінці виступлення мужських команд по пляжному волейболу на чемпіонаті України. Представлені кількісні і якісні показники сучасної діяльності. Розглянуті деякі варіанти і елементи тактичних взаємодій. Дана оцінка атакуючих і захисних дій: подачі, передачі, нападаючому удару, блокуванню. Визначено частоту помилок, допущених при виконанні цих і інших технічних дій.

З урахуванням думки експертів – тренерів по пляжному волейболу, визначено фізичні якості, які потребують удосконалення в процесі тренувальної роботи на етапі підготовки до найвищих досягнень. Визначено резерви удосконалення результативності змагальної діяльності волейболістів в пляжному волейболі. Також визначено основні тенденції підготовки волейболістів і розвитку пляжного волейболу нового покоління. Лише на основі глибокого аналізу змагальної діяльності, встановлення основних тенденцій в розвитку сучасного пляжного волейболу, можна організувати ефективний навчально – тренувальний

процес висококваліфікованих волейболістів в пляжному волейболі.

Ключевые слова: чемпіонат України, пляжний волейбол, змагальна діяльність, технічні прийоми, тактика, фізичні якості.

Annotation

The article is devoted to the analysis and estimation of performance of masculine commands on beach volleyball on championship of Ukraine. Quantitative and quality competition performance indicators are presented. Some variants and elements of tactical interactions are considered. The elements of tactical interactions, the estimation of attacking and protective actions is given are serves, transmissions, attacking blow, blocking. The percentage of errors committed in the performance of certain technical actions is determined.

Taking into account the opinion of the experts – beach volleyball coaches, physical qualities have been determined, which require improvement in the process of training at the stage of preparation for the highest achievements. The reserves of improving the effectiveness of the volleyball players' competitive activity in beach volleyball are indicated. The basic tendencies of training volleyball players and de-

velopment of beach volleyball of the new generation are also determined. Only on the basis of a deep analysis of competitive activities, the establishment of the main trends in the development of modern beach volleyball, you can organize an effective training process of highly skilled volleyball players in beach volleyball.

Keywords: championship of Ukraine, beach volleyball, competition activity, technical receptions, tactics, physical qualities.



Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. За останні роки пляжний волейбол зазнав значних змін, які пов'язані як з природним процесом розвитку гри, – завдяки удосконаленню техніко-тактичних дій волейболістів, так і з кардинальними змінами в правилах змагань.

Все це серйозно вплинуло на змагальну і тренувальну діяльність кращих пляжних волейбольних команд світу. Постійне зростання навантажень тренувального та змагального характеру в спорті вищих досягнень, оновлення тактичних схем гри в спортивних іграх, неухильне підвищення інтересу до нових видів спорту, включення деяких з них до програми Олімпійських ігор, зокрема таких, як пляжний волейбол, вимагає сучасного наукового супроводження процесу тренувань, розробки нових методичних програм розвитку тренувального процесу. Як і в інших складнокоординаційних видах спорту, пляжний волейбол має свої особливості, обумовлені змагальною діяльністю [1, 2, 5].

У порівнянні із класичним волейболом, де кількість дозволених передач розподіляється між шістьма польовими гравцями, у пляжному волейболі вона розподіляється між двома гравцями, тому практично кожне друге торкання м'яча виконує один і той самий гравець, що унеможливує абстрагування від епізоду гри та ставить підвищені вимоги до концентрації уваги, на що значною мірою впливають індивідуальні психомоторні та фізичні якості гравців.

На нашу думку, дуже велике значення під час гри у пляжний волейбол, в порівнянні, зокрема, із класичним волейболом та багатьма іншими ігровими видами спорту, які проходять в умовах відкритого простору, на відкритих майданчиках, набуває вміння орієнтуватися в умовах відсут-

ності, або наявності незначної кількості зовнішніх орієнтирів (окрім ігрової сітки та стійок), при тому, що найбільша кількість ігрових дій відбувається вище зросту гравців, що вимагає від них постійного контролю м'яча, що знаходиться над головою. В цей час гравець повинен контролювати зовнішні орієнтири периферійним зором, або знаходити час переключати увагу на зовнішні орієнтири, гравців команди суперника, контролюючи при цьому периферійним зором м'яч і свого партнера, що відбуваються в умовах значного дефіциту часу. Фахівці вважають, що у пляжному волейболі, як і в інших видах спорту, досягнення результатів неможливе без надійної фізичної підготовки, яка є фундаментом для подальшого спортивного вдосконалення [3, 4, 6].

Контроль змагальної діяльності спортсменів так само, як і контроль окремих сторін їх підготовленості, характеризується в ряді джерел із загальних питань теорії та методики спортивної підготовки. Це відзначають в своїх дослідженнях Ю.А. Горчачук [1], В.В. Костюков [2, 3], С. Хемберг (2004) [7] та ін. Автори акцентують увагу на необхідності врахування результатів змагальної діяльності та внесення коректив у тренувальний процес з метою вдосконалення техніко-тактичної та спеціальної фізичної підготовки. Це і обумовило актуальність нашого дослідження.

Мета дослідження: здійснити аналіз ефективності результатів змагальної діяльності у пляжному волейболі.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літературних джерел та узагальнення інформації; статистичний аналіз відеоігор, педагогічне спостереження за діями гравців, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Змагальна діяльність тісно пов'язана зі спор-

тивним результатом. Спортивний результат у пляжному волейболі визначається кількістю перемог над суперником і місцем у турнірній таблиці, оскільки зустріч команд за правилами змагань обов'язково повинна закінчуватися перемогою однієї з команд суперників.

З метою отримання результатів змагальної діяльності спортсменів у пляжному волейболі в період з травня по червень 2018 року нами було проведено дослідження помилок, яких допускаються волейболісти під час змагань. Всього проаналізовано 18 ігор регулярного Чемпіонату України з пляжного волейболу серед чоловічих команд (проаналізовано два тури: у м. Херсоні – 7 ігор та у м. Харкові – 11 ігор).

За правилами змагань перемагає команда, яка виграла дві партії з трьох можливих. За результатами 15 ігор перемогу здобули команди, які зіграли 2 партії (83,3%). Для визначення переможця в 3-х іграх (16,7%) було зіграно 3 партії. Середня тривалість однієї гри склала 41,58 хв.

Аналіз проведених ігор свідчить (табл.1) проте, що команди переможниці протягом турніру допустили 557 помилок, що призвело до програшу очок, а саме: при виконанні атакуючих дій – 183 (31,72%), а також захисних дій – 374 (64,82%), відповідно переможені команди допустили 677 помилок: при атакуючих діях – 243 (35,89%) та у захисті – 64,11%.

Загальна кількість помилок команд переможниць і переможених склала 1234, з них у нападі: 145 (11,75%) – на подачі, 36 (2,92%) – під час виконання передачі, 245 (19,85%) – під час виконання нападаючого удару, а також у захисті: 93 (7,54%) – на прийомі подачі; 177 (14,34%) – під час виконання блокування; 234 (18,96%) – під час прийому прямого нападаючого удару; 268 (21,72%) – під час прийому обвідного нападаючого удару; 36



Помилки, допущені командами під час змагальної діяльності

Помилки при виконанні технічних прийомів	Команди переможниці – 557		Команди переможені – 677	
	помилки у нападі – 183	помилки у захисті – 374	помилки у нападі – 243	помилки у захисті – 434
під час виконання подачі, к-сть	75 (40,98%)		70 (28,84%)	
під час виконання передачі, к-сть	16 (8,74%)		20 (8,26%)	
під час виконання нападаючого удару, к-сть	92 (50,28%)		153 (62,9%)	
під час виконання прийому подачі, к-сть		37 (9,89%)		56 (12,90%)
під час виконання блокування, к-сть		77 (20,56%)		100 (23,04%)
під час прийому прямого нападаючого удару, к-сть		125 (33,42%)		109 (25,12%)
під час прийому відволікаючого нападаючого удару, к-сть		114 (30,48%)		154 (35,48%)
під час прийому м'яча, що відскочив від блоку, к-сть		21 (5,65%)		15 (3,46%)

(2,92%) – під час прийому м'яча, що відскочив від блоку.

Аналізуючи результати дослідження, можна зазначити, що найбільшої кількості помилок гравці пляжного волейболу припускаються під час гри у захисті (65,48%). Це свідчить про те, що у сучасному пляжному волейболі спостерігається перевага атаквальних дій над можливостями гравців у захисті.

Часто відбувається так, що прості м'ячі, після подачі та нападаючого удару потрапляють у незахищені зони, і захисники не встигають за ними. Усе це є наслідком неправильного вибору місця в захисті. Щоб прийняти сильний удар, окрім правильного вибору місця, необхідно зайняти правильну стійку в захисті. Без правильної роботи ніг ніякого захисту просто не передбачається.

Найбільший резерв для покращення ефективності захисних дій гри ми вбачаємо в розробці системного підходу до побудови навчально-тренувального процесу і підготовки волейболістів, оскільки кількісні та якісні характеристики ігрового змагального протиборства є елементами єдиної системи, і її функціонування залежить від ефективності кожної

складової. Аналогічні тенденції існують і в класичному волейболі.

Під час виконання прямого нападаючого удару м'яч набуває значної швидкості. Результативність гри в захисті в цьому випадку в значній мірі залежить від правильного вибору місця на ігровому майданчику гравцем, який захищається, та узгодженості тактичних дій з гравцем, який здійснює блокування. Незначне відхилення від оптимального місця блокування призводить до значного збільшення незахищеної площі ігрового майданчика та можливого ураження її м'ячом.

Аналізуючи виконання прийому гравцем захисту прямого нападаючого удару, де спортсмени припускаються 21,72% помилок, та враховуючи думку експертів, можна зазначити, що під час виконання захисних дій, пляжними волейболістами здійснюються незначні (до 2-3 м) швидкі пересування, якісна (точна) та своєчасна постановка рук. Саме правильний вихід під м'яч збереже гравців захисту від численних можливих помилок. Все це значною мірою залежить від швидкості пересувань, координаційних здібностей та швидкості складної реакції.

Тактичні помилки під час ви-

конання блокування призводять до проведення суперником атаквальних дій без блоку, при недостатньо налагодженій системі гри в захисті, що призводить до збільшення відсотку помилок у захисті.

У пляжному волейболі кожний гравець повинен враховувати розташування всіх гравців на майданчику та постійно контролювати місце знаходження м'яча, намагатися вгадати намір дій партнера та задум суперників, швидко реагувати на зміни, які складаються в процесі гри та приймати рішення про найбільш доцільні дії, які треба виконати своєчасно та ефективно.

Результативність гри у нападі значною мірою залежить від відстані м'яча до верхнього краю сітки (фронтальної площини). Якщо вона є в межах 0,8-0,2 м, то це є оптимальним для проведення нападаючого удару і тому вкрай необхідна постановка блоку гравцями команди, що захищається. Це ускладнює можливість провести потужний удар в середину майданчика суперника. З відстані більше 1 м потужний удар можна виконати лише під задню лінію, що значно полегшує його прийом у захисті, тому доцільно такий



нападаючий удар залишати без блокування, організовуючи командну гру в захисті обома гравцями. Менша відстань від сітки ніж 0,2м значно підвищує шанси блокування зазначеного нападаючого удару.

Помилки, що здійснюються під час виконання волейболістами прийому обвідного нападаючого удару складають 21,7%, – це один із найскладніших технічних елементів, де правильна робота ніг, рук, тулуба – запорука прийому м'яча. Під час обвідного нападаючого удару м'яч не має максимальної швидкості, проте направляється у вільну від захисника зону. Для ефективного протиборства зазначеним атакуючим діям захиснику необхідно у максимально короткий термін здійснити пересування на значні, для пляжного волейболу, відстані (4-7 м), за рахунок швидких переміщень ногами, якісних випадів прийом виходить дійсно зручним і точним. Після чого, використовуючи елементи акробатики, необхідно здійснити прийом м'яча та, не втрачаючи в подальшому концентрації уваги, у стрибку перевести м'яч на сторону суперника, максимально ускладнивши йому захисні дії.

Програні очки при виконанні прийому м'яча, що відскочив від блоку, складають 2,92%. Найчастіше це відбувається за тією ж причиною (необхідність миттєвого пересування на різноманітні відстані) та у зв'язку із втратою концентрації уваги.

Суттєвого значення під час гри у захисті загалом набуває реакція антиципації (на основі попереднього досвіду, можливість передбачення варіантів атакуювальних дій суперника).

Отже найбільшим резервом удосконалення результативності змагальної діяльності волейболістів у пляжному волейболі є швидкість пересувань і координація рухів, а в продовження епізоду гри – спеціальна витривалість

і стрибучість.

Оскільки розміри майданчика в пляжному волейболі відрізняються несуттєво від розмірів майданчика в класичному волейболі, і в команді грають всього два спортсмени, – фізична підготовка відіграє важливу роль в успіху гри.

Значні відсотки (19,85 % – під час виконання нападаючого удару та 14,3% – під час виконання блокування) програних очок у технічних діях, де основою спеціальної фізичної підготовленості волейболістів є такі фізичні якості, як стрибучість, швидкісно-силові та координаційні здібності, свідчить про недостатній рівень їх розвитку, що також має значні перспективи покращення та в подальшому значного підвищення результативності змагальної діяльності. Але не завжди високий рівень фізичної підготовленості дозволяє провести гру на високому рівні.

Аналіз результатів змагальної діяльності свідчить, проте що велика кількість невиконаних подач, до 11,75% є результатом відсутності належної концентрації уваги спортсменів, відсутності достатнього досвіду гри, а також нестійких погодних умов. При цьому відсоток невиконаних подач значно зростає. Проте покращення цього показника вимагає найменших зусиль і корективів з боку спеціальної фізичної підготовленості гравців, покращення результату потребує підвищення концентрації уваги, покращення координації рухів і сили м'язів рук і ніг.

Одного з найменших показників помилок (8,74%) спортсмени припускаються під час виконання передачі м'яча на нападаючий удар. Це свідчить зокрема про те, що цьому компоненту гри команди приділяють підвищену увагу. Від цього компоненту багато в чому залежить ефективність проведеного атакуювальних дій.

Основною запорукою успіш-

ного нападу в пляжному волейболі є якісна передача. Саме за рахунок роботи рук і ніг передача виходить більше зважена – таким чином у гравця нападу виявляється значно більше часу для атаки, більше часу на якісніший розгін, коли можна встигнути оцінити обстановку на протилежній стороні, і тим самим досягти, набагато якіснішого контролю м'яча при атаці.

Управління підготовкою висококваліфікованих волейболістів на основі аналізу структури та змісту змагальної діяльності дозволить підвищити ефективність їх змагально-тренувальної діяльності, результативність змагань і позитивно буде впливати на готовність гравців і команди в цілому до спортивних змагань.

Аналіз результативності та ефективності техніко-тактичних дій у змагальній діяльності спортсменів пляжного волейболу дозволяє виявити найбільш вагомі чинники, що визначають перемогу однієї команди над іншою. Це необхідно для визначення пріоритетів у тренувальному процесі висококваліфікованих пляжних волейболістів і найближчого резерву.

На основі детального аналізу змагальної діяльності нами будуть запропоновані різні моделі тренувальних завдань, адекватних специфіці змагальної діяльності.

Висновки. Враховуючи вищезазначене, можна зауважити, що одним з основних напрямів покращення результативності гри в пляжному волейболі на сучасному етапі є підвищення рівня швидкості пересувань, стрибучості, швидкісно-силових і координаційних здібностей, а також стабільного та ефективного виконання технічних прийомів.

Тільки на основі глибокого аналізу змагальної діяльності, виявлення основних тенденцій у розвитку сучасного пляжного волейболу, можливо побудувати



ефективний навчально – тренувальний процес висококваліфікованих волейболістів у пляжному волейболі.

Перспектива подальшого дослідження. Постійне удосконалення всіх напрямків тренувальної та змагальної діяльності волейболістів безумовно буде сприяти підвищенню класу команд. Важливу роль для вирішення цієї проблеми будуть відігравати розробки нових наукових підходів для подальшого розвитку пляжного волейболу за рахунок підвищення концентрації уваги під час гри, розвитку швидкості пересувань, швидкісно – силових і координаційних здібностей.

Література

1. Горчанюк Ю.А. Технічна підготовка спортсменів у пляж-

ному волейболі на основі біомеханічних моделей стрибків та переміщень. Автореферат на здобуття ступеня канд. наук з фіз.вих. та спорту. Харків, 2004, 16 с.

2. Костюков В.В., Чесноков Ю.Б., Тимохин А.В. Пляжный волейбол (методическое пособие). М. 1996, 35 с.
3. Костюков В.В., Нирка В.В., Пляжный волейбол (педагогическое, медико-биологическое и психологическое сопровождение подготовки спортсменов). М. ВФВ, 2011, 84 с., илл.
4. Костюков В.В. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). Учебное пособие. М. Советский спорт, 2005. – 156 с.
5. Мельник А.Ю. Исследова-

ние эффективности подачи в волейболе на основе технологии баз данных Microsoft Access. Слобожанський науково-спортивний вісник. Х: ХДАФК, 2013. № 3. С. 185-189.

6. Пляжный волейбол: навчальний посібник для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. В.К. Лисянський, Ю.Т. Похленчук, В.А. Томашевський, С.І. Операйло, Е.Ю. Дорошенко та ін. Київ, 2002, 140 с.
7. Хемберг С., Папагеоргиу А. Пляжный волейбол, руководство. М: Терра-Спорт, 2004. 328 с.

