

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В НАПАДЕНИИ ВОЛЕЙБОЛИСТОК

Удовиченко Е.В., Ледовская О.А.

Оренбургский государственный университет, г. Оренбург

Студенческий возраст считается переходным от ДЮСШ к командам мастеров, что вызывает сложности в построении тренировочного процесса по каким-либо подходящим для всех и общепринятым стандартным программам. В возрасте 17-21 год наблюдается большая вариативность в проявлении морфологических, функциональных и психологических особенностей спортсменов. Однако, до настоящего времени недостаточно внимания в научной и методической литературе уделено вопросам выявления конкретных количественных и качественных показателей технико-тактической подготовленности волейболистов разного уровня мастерства, и также их различий [1]. Поэтому, учитывая эти условия построения учебно-тренировочного процесса в вузе, нами реализован подход к тренировочному процессу, который адекватен не только реальным возможностям спортсменов, но учитывающий реальные потребности игровой деятельности, в конечном итоге повышают его эффективность и, как следствие, результат игровой деятельности [11].

Итогом всех видов подготовки является достижение одной цели - приобретение игрового навыка, который оценивается через уровень результативности игровых действий и их эффективности в ходе игры. Сами соревнования предъявляют к выполнению определенных действий свои требования, и если - в принципе - мы можем говорить о стабильной схожести результатов, демонстрируемых волейболистами в тренировках, то в играх необходимы специальные исследования, позволяющие судить не только об уровне овладения тем или иным технико-тактическим действием, но и об уровне его применения в конкретной ситуации целесообразным способом. Данный момент нам кажется более существенным, так как отражает не только потенциальные возможности спортсмена в плане проявления технико-тактического мастерства, а реализацию данных возможностей [4,5,9].

Для оценки уровня подготовленности студенток при их действии в составе команды нападения нами проводились контрольные игры с регистрацией некоторых показателей соревновательной деятельности: общее количество атакующих действий команды и эффективность этих действий.

Нами анализировались показатели объема технических действий: подачи и нападающих ударов. Рассчитывались показатели в целом за пять игр.

За основу количественных оценок мы брали результат, например, количество случаев достижения мячом цели, процент выигрыша, проигрыша, (мяч оставлен в игре) и т.п. Действий игроков и команды определялись суммой действий игроков с учетом влияния на них различных обстоятельств (от степени сложности условий выполнения того или иного технического приема или тактической комбинации, от качества доводки мяча при приеме, передачи

мяча для нападающего удара и т.п., даже линия судейства). Это делалось для более объективной оценки эффективности нападающих действий каждого игрока [8].

Имея эти учетные данные соревновательных действий, мы смогли отразить и восстановить процесс соревнований, а также распланировать и скорректировать дальнейшую подготовку.

Мы считаем, что оперативный контроль является один из важнейших элементов системы управления подготовкой спортсменов.

Так как все действия в волейболе выполняются не одинаково часто и в различной степени влияют на результат игры, нами учитывалось не только качество выполнения отдельных действий, но и частоту их повторения в игре. Исходя из этого оценка технико-тактических действий волейболисток позволяет наиболее объективно судить о мастерстве команды или игрока и вносить соответствующие коррективы в учебно-тренировочный и соревновательный процессы [3].

Целью работы являлось решение проблемы оптимизации учебно-тренировочного процесса, направленного на совершенствование тактических действий волейболисток в нападении.

В нашей работе ставились следующие задачи:

1. Провести анализ игровой деятельности как формы реализации командных тактических действий нападения.
2. Исследовать содержание тактических действий нападения.
3. Определить пути оптимизации учебно-тренировочного процесса совершенствования деятельности игроков тактическим действиям нападения.

Практическая значимость работы заключалась в реализации исследования в разработку методического обеспечения учебно-тренировочного процесса подготовки волейболисток.

Мы предполагали, что определение инвариантов структуры формирования игровой ситуации, выявление ошибок в содержании решений спортивных двигательных задач, специальная тренировка в совершенствовании индивидуально-тактических компонентов эффективности действий в нападении волейболисток позволит повысить их результативность в решении тактических задач [4].

На матче Кубка Оренбургской области нами был проведен анализ соревновательной деятельности волейболисток сборной команды оренбургского государственного университета с использованием блокнота и ручки для регистрации технических действий в нападении и для вычисления результатов.

С помощью условно-кодированная записи игры мы изучили содержание и объем технико-тактических действий в нападении, эффективность технико-тактических действий, загруженность зон в атаке и эффективность нападения в различных игровых ситуациях (после приема и в «доигровке»).

По перечисленным причинам нами было проведено стенографирование игр волейболисток ОГУ, имеющих первый разряд. Результаты приведены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1. Статистика лучших нападающих.

№	Фамилия	Имя	Атака		Очки
			ка	ча	
1	Кисилева	Алена	101	25	126
2	Хижнякова	Анна	129	16	145
3	Никитина	Света	163	8	171
4	Васякина	Людмила	113	10	123
5	Чернышева	Людмила	138	11	149
6	Горьковая	Ксения	3	4	7

В таблице 1 показано количество забитых мячей с подач и нападающего удара, выявление лучшего нападающего.

Таблица 2. Статистика эффективности нападающих игроков.

№	Фамилия	Ошибки	Очки	Всего	Эффективность (в %)
1	Кисилева	58	126	278	45,32
2	Хижнякова	64	145	305	47,54
3	Никитина	72	171	356	48,03
4	Васякина	71	123	302	40,73
5	Чернышева	64	149	325	45,85
6	Горьковая	10	7	35	20,00

Во второй таблице выявлен самый эффективный нападающий игрок, который рассчитывался путем деления принесенных им очков на количество попыток выполнения нападающего удара (табл. 2).

Выводы.

1. Основным средством выигрыша в игровом процессе для команды нападения является атака с 4-й (48 %) зоны с зоны 3(56 %). Самый низкий показатель зафиксирован в зоне 2 (30 %).

2. В своей дальнейшей подготовке команды ОГУ следует больше внимание уделять элементам нападения и пересмотреть приоритеты выбора основной зоны нападения.

3. На основе исследований нами были разработаны практические рекомендации для повышения качества и эффективности нападающих действий сборной команды девушек ОГУ, которые включают в себя комплекс

специально-подготовительных упражнений для волейболисток 1-2 разрядов.

4. В результате применения разработанных рекомендаций повысилась эффективность нападающих действий, увеличилась частота использования сложных тактических построений, сократились сроки овладения технико-тактическим мастерством игроков, что имеет существенное значение в подготовке квалифицированных игроков и команд в целом.

5. Проведенный педагогический эксперимент показал, что предложенный метод оптимизации учебно-тренировочного процесса оказался надежным и достоверным.

Список литературы

1. Барбара, Л. Волейбол. Шаги к успеху / Л.Виера Барбара, Бонни Джил Фергюсон // - "АСТ, Астрель", 2004. - 312с.

2. Беляев, А.В. Исследование тренировочных и соревновательных нагрузок в волейболе: Автореф. Дис.канд.пед.наук - М., 1974 - 17с.

3. Волейбол. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - С.45.

4. Железняк, Ю.Д. К мастерству в волейболе / Ю.Д. Железняк // - М.: Физкультура и спорт, 1978. - 224с.

5. Ивойлов, А.В. Волейбол: Курс спортивного совершенствования в вузах / А.В. Ивойлов // – Минск, 2000. – 82с.

6. Ивойлов, А.В. Волейбол / А.В. Ивойлов // - Минск, 1997. - 192с.

7. Осколнова, В.А. Волейбол: Учеб. пособие / В.А. Осколнова М.С. Сунгуров // - М.: Физкультура и спорт, 2001. - 296с.

8. Сероштан, В.М. Оперативный педагогический контроль спортивно-технического мастерства юных волейболистов: Автореф. дис. канд. пед. наук. - Киев, 1987. - 34с.

9. Фурманов, А.Г. Играй в мини-волейбол /А.Г. Фурманов // - М.: «Советский спорт», 1983 г. - 192с.

10. Хапко, В.Е., Маслов В.Н. Совершенствование мастерства волейболистов / В.Е. Хапко, В.Н. Маслов // - Киев: Здоровья, 1990. - 450с.

11. Веб сайт всемирной федерации волейбола \\www.fivb.org

12. Веб сайт, посвященный пляжному и классическому волейболу \\www.volley.com

13. Веб сайт волейбольного клуба «Северсталь» г. Череповец \\www.severstalvolley.ru