

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ЗАЩИТНЫХ ДЕЙСТВИЙ ВОЛЕЙБОЛИСТОК

Удовиченко Е.В., Королева М.С.

ФГБОУ ВПО «Оренбургский государственный университет», г. Оренбург

Волейбол - один из сложнейших видов спорта в плане подготовки квалифицированных спортсменов. В ходе волейбольного матча у спортсменок возникает множество ситуаций, требующих ежесекундного и вместе с тем оптимального решения. Ситуации в волейболе динамичны. Осуществлять их изменение адекватно реальности волейболисткам особенно трудно, так как реальность меняется быстро и мало поддается контролю со стороны спортсменки [1, 2]. Поэтому они вынуждены действовать интуитивно, на основе неполной информации, опираясь на аналогии. Все это предъявляет высокие требования к эффективности действий спортсменок в аспекте соревновательной подготовки.

Тактика волейбола выдвигает все более сложные проблемы перед спортивной педагогикой. Одна из важнейших — повышение уровня эффективности решения типовых коллективных спортивных двигательных задач. В основе результативности действий волейболисток и команды в целом лежит техническое и тактическое мастерство отдельных спортсменок и правильная организация взаимодействия игроков [3, 4, 5]. Отсутствие конкретных научно-методических рекомендаций по совершенствованию эффективности защитных действий волейболисток отрицательно сказывается на качестве игры женских команд. Это определило актуальность проведения исследований с целью повышения уровня эффективности индивидуальной игры волейболисток. Объектом наших исследований является эффективность защиты действий игроков в женской волейбольной команде ОГУ.

Предметом исследования служат индивидуально-тактические компоненты эффективности, обеспечивающие прием подачи, прием нападающих ударов и страховку в женской команде группы спортивного совершенствования.

Мы предполагаем, что определение инвариантов структуры формирования игровой ситуации, выявление ошибок в содержании решений спортивных двигательных задач, специальная тренировка в совершенствовании индивидуально-тактических компонентов эффективности защитных действий волейболисток позволят повысить их результативность решения тактических задач.

Целью наших исследований является совершенствование методики защиты в женских волейбольных командах.

Задача исследования: выявить индивидуально-тактические компоненты, определяющие эффективность приема мяча с подачи, приема нападающего удара и страховки, количественно оценить их значимость.

На основе полученных данных определить тренировочные задания, ориентированные на повышение индивидуально-тактических компонентов

эффективности, конкретизировать и обосновать положения подготовки волейболисток в группах спортивного совершенствования.

Нами разработаны рекомендации по совершенствованию индивидуальных технико-тактических действий волейболисток, предложена целесообразная методика комплекса упражнений тренировочного процесса с рациональным сочетанием двигательных упражнений с интроспекций должных и реальных действий и обучением волейболисток адекватному формированию и решению игровых двигательных задач.

В настоящее время широко представлен анализ технико-тактических действий в соревновательной деятельности волейболистов. Разработаны различные варианты условно-кодированной записи игр, позволяющие фиксировать технико-тактические действия, выполняемые волейболистами в ходе игры [6].

Условно-кодированная запись игры позволяет изучать следующие компоненты соревновательной деятельности: содержание и объем технико-тактических действий, эффективность технико-тактических действий, загруженность зон в защите и эффективность защитных действий в различных игровых ситуациях (после приема мяча и в доигровке).

Анализ соревновательной деятельности, а конкретно элементов выполненных технических действий по зонам дает возможность тренеру видеть более подробную карту игры, как команды, так и игрока в частности. Это способствует более результативному планированию тактической подготовки в соревновательной деятельности, а именно: слабые и сильные зоны в защите.

Имея эти знания, тренер может выгодно построить тактические действия команды индивидуально к каждому противнику.

Соревновательная деятельность характеризуется множественными показателями, по которым можно определять эффективность деятельности как одного спортсмена, так и команды в целом. Эти показатели – своеобразные критерии действий спортсмена. Поэтому учет этих действий позволяет не только отразить и восстановить процесс соревнования и поведения спортсмена и команды, но также планировать и корректировать дальнейшую подготовку.

Известно, что совершенствование системы управления тренировочным процессом на основе объективизации знаний о структуре соревновательной деятельности и подготовленности с учетом общих закономерностей становления спортивного мастерства в избранном виде спорта является одним из перспективных направлений совершенствования системы спортивной подготовки [1, 2]. Один из важнейших элементов системы управления подготовкой спортсменов - комплексный контроль, который предусматривает практическую реализацию различных видов контроля, в том числе и опертивного, применяемого для получения объективной информации [3].

Успешная работа тренера во многом зависит от умения: записывать игровую деятельность игроков; анализировать полученные данные; методически грамотно строить учебно-тренировочный процесс команды. При этом модельные показатели соревновательной деятельности волейболистов различного амплуа служат ориентиром в учебно-тренировочном процессе,

позволяют дифференцированно подбирать упражнения с целью совершенствования индивидуальных, групповых и командных технико-тактических действий. Сравнение полученных данных с модельными характеристиками соревновательной деятельности высококвалифицированных игроков позволяет тренеру своевременно исправлять ошибки и вносить коррективы в учебно-тренировочный процесс [6, 7].

На матче 4 сильнейших команд города Оренбурга нами было проведен анализ соревновательной деятельности волейболисток сборной команды ОГУ с использованием блокнота и ручки для регистрации технических действий и для вычисления результатов.

Анализовались показатели объема технических действий, объема выполненных приемов и страховки. Рассчитывались показатели в целом за три игры.

За основу количественных оценок мы брали результат, например, количество случаев достижения мячом цели, процент выигрыша, проигрыша и т.п. За основу качественных оценок брали положительную и позитивную (мяч оставлен в игре) оценку выполнения.

Показатели технико-тактической подготовки защитных действий волейболисток в соревновательной деятельности.

КД – коэффициент действий игрока, команды. В соревнованиях он определяется результатом выигрыша и проигрыша очков и переходов или только очков, количеством оставшихся мячей в игре, качеством доводки при приеме мяча, точностью второй передачи, эффективностью блокирования и т.п.

КПД – коэффициент положительных действий. Положительный результат (+) означает сколько, например, приема подачи игроки выполнили с доводкой до связующего игрока.

КОД – коэффициент отрицательных действий. Отрицательный результат (-) означает сколько, очков проиграли [8].

Результативность защиты в процентах (КПД):

Все коэффициенты высчитывают из общего количества действий игрока, т.е. выигрыша, проигрыша и мячей, которые оставались в игре.

Первый рейтинг выявляет только лучшего защищающего игрока и выстроен по коэффициенту положительных действий в защите игрока, который рассчитывается путем деления положительного результата (+) на общее количество попыток защитных действий и выражается в процентах (таблица 1).

Например, КПД и КОД приема подач Никитенко Светланы:

- выполнено всего 54 приемов подач:

- положительный прием с качественной доводкой (+) – 35 приема;

- проигрыш в приеме (-) – 9 приемов;

- позитивный прием (мяч не доведен до связующего игрока) – 10 приемов.

$KPD = X = (35 \times 100) / 54 = 64,8 \%$.

$KOD = X = (9 \times 100) / 54 = 16,7 \%$.

В таблице 1 приведены количественные результаты защитных действий каждого игрока. Эти действия рассматривают общее количество принятых

мячей, положительный прием с качественной доводкой (+), ошибок (-), а также коэффициент положительных действий приема выраженный в процентах.

Важным показателем в управлении тренировочного процесса является полезность действий игроков и команды в целом, определяющаяся коэффициентом действия.

Эффективность защиты в процентах (ОКД):

ОКД – относительный коэффициент действий, или эффективность, т.е. отношение или разница выигрышей.

Второй рейтинг выявляет самого эффективного защитника и выстроен по относительному коэффициенту защитных действий игрока, который рассчитывается по разнице положительного результата защитных действий (КПД) и проигрышей (КОД) каждого игрока своей команды.

Таким образом, ОКД, или эффективность, равняется:

ОКД = КПД - КОД – эффективность.

В таблице 2 приведены коэффициент положительных действий, коэффициент отрицательных действий, относительный коэффициент действий приемов, выраженных в процентах и средний коэффициент действий команды (СКДК).

Коэффициент действий игроков и команды – это условные понятия, которые определяются суммой действий игроков с учетом влияния на них различных обстоятельств (действия противника, простые или сложные были условия выполнения того или иного технического приема или тактической комбинации, каково было качество доводки мяча при приеме, передачи мяча для нападающего удара и т.п., даже линия судейства). Это делается для более объективной оценки эффективности действий каждого игрока.

Иногда игрок в начале партии (или в середине) может проиграть несколько мячей, но выиграть два или три мяча в концовке партии и принести победный результат, и наоборот.

Таблица 1 - Статистика результативности защитников

Фамилия	Прием подач				Прием нападающего удара				Страховка			
	всего	+	-	кпд %	всего	+	-	кпд %	всего	+	-	кпд %
Никитина С.	54	35	9	64,8	46	35	8	76.1	16	7	5	43,7
Слюсарь Т.	77	51	10	66,2	50	36	8	72	22	13	7	59
Васякина Ю.	60	27	10	45	38	14	11	36,8	15	9	6	60
Хижнякова А.	23	14	3	60,9	40	19	13	47.5	13	6	5	46,7
Кисилева А.	8	4	1	50	29	16	7	55,2	26	14	8	53,8
Чернышева Л.	16	8	3	50	23	17	3	73.9	18	11	6	61,1
Гусева М.	10	5	2	50	18	11	7	61.1	3	1	1	33,3

Таблица 2 - Статистика эффективности защитников

Фамилия	Прием подач			Прием нападающего удара			Страховка		
	кпд%	код%	окд%	кпд%	код%	окд%	кпд%	код%	окд%
Никитина С.	64,8	16,7	48,1	76,1	17,4	58,7	43,7	31,2	12,5
Слюсарь Т.	66,2	13	53,2	72	16	56	59	31,8	27,2
Васякина Ю.	45	16,7	28,3	36,8	28,9	7,9	60	40	20
Хижнякова А.	60,9	13	47,9	47,5	32,5	15	46,7	38,8	7,7
Кисилева А.	50	12,5	37,5	55,2	24,13	31,1	53,8	33,3	27,8
Чернышева Л.	50	18,7	31,3	73,9	13	60,9	61,1	30,7	23,1
Гусева М.	50	20	30	61,1	38,9	22,2	33,3	33,3	0
СКД	55,2	15,8	39,5	60,3	24,4	35,9	51,6	34,2	14,3

Вывод.

Анализ научно-методической литературы и результатов ознакомления с практическим опытом специалистов свидетельствуют о высокой значимости проблемы эффективности защитных действий волейболисток в условиях соревнований. Выявлено, что в практике подготовки женских волейбольных команд задача повышения эффективности решается в большой мере участием команд в серии товарищеских или контрольных игр, что не обеспечивает нужный объем и качество такой подготовки.

Большая часть ошибок приходится на прием мяча в страховке. По нашему мнению, в процессе подготовки недостаточно акцентируется внимание тренеров и игроков на эффективное выполнение именно этого приема.

Для решения проблемы повышения эффективности защитных действий и их выполнения в группах спортивного совершенствования необходимы более углубленные и расширенные знания и представления о роли и месте индивидуальных технико-тактических действий в составе комбинаций.

Необходимо формирование комплекса упражнений, направленного на совершенствование индивидуальных и командных технико-тактических действий, составляющих содержание тактических игровых комбинаций в страховке и приема мяча с подачи.

Традиционный анализ соревновательной деятельности волейболистов целесообразно дополнить показателем по игровым зонам. Это позволит в дальнейшем дополнить теорию волейбола новыми сведениями о закономерностях игры команд разного уровня.

Список литературы

- 1. Рыцарев, В.В. Волейбол: попытка причинного истолкования приемов игры и процесса подготовки волейболистов / В.В. Рыцарев // — М.: Произв.- издат. комбинат ВИНТИ, 2005. - 384 с*
- 2. Шулятьев, В.М. Теоретико-методические и организационные основы подготовки резервов квалифицированных волейболистов: дис. докт. пед. наук; / В.М. Шулятьев // - Омск, 1997. - 323 с.*

3. **Беляев, А.В.** Техника и тактика индивидуального блокирования в волейболе: методическая разработка / А.В. Беляев // - М.: 2000. - 16 с.
4. **Железняк, Ю.Д.** Тенденции развития классического волейбола на современном этапе / Ю.Д. Железняк, Г.Я. Шипулин, О.Э. Сердюков // Теория и практика физической культуры. - 2004. - № 4. - С. 30.
5. **Ким, М.Я.** Индивидуализация игровой подготовки волейболисток с учетом решения оперативных задач: на примере групп спортивного совершенствования: автореф. дис. канд. пед наук; 13.00.04 / М.Я. Ким // ГАФК. -М., 1994.- 22 с.
6. **Затковская, М.И.** Волейбол в системе физического воспитания технических вузов: учеб. пособие / М.И. Затковская, А.Ю. Потапов, Е.Ю. Потапова, В.А. Садовский // - Хабаровск: ДВ ГУПС, 2004. - 103 с.
7. **Донченко, А.Б.** Волейбол: техника игры. Советы опытных спортсменов. Пляжный волейбол / А.Б. Донченко // - М.: Вече, 2002. - 384 с.
8. **Беляев, А.В.** Волейбол: учебник для ВУЗов / А.В. Беляев, М.В. Савин // 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и Спорт, 2006. - 360 с.