

ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ЗВ'ЯЗУЮЧОГО ГРАВЦЯ У ВОЛЕЙБОЛІ

Поліщук Володимир, Боднар Іван

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

Анотації:

У статті розглядається проблема удосконалення підготовки в командних спортивних іграх з урахуванням ігрових амплуа. Актуальність дослідження визначається недостатньою розробкою науково-обґрунтованої системи відбору за ігровими амплуа та специфікою такої підготовки у волейболі. Метою дослідження було визначення основних напрямів підвищення ефективності спеціальної підготовки зв'язуючого гравця у волейболі. Для розв'язання поставленої мети використовувалися методи аналізу та узагальнення наукових і методичних джерел, педагогічні спостереження, аналіз змагальної діяльності кваліфікованих гравців у волейболі. Дослідження проводилося під час змагань Чемпіонату України серед чоловічих команд Суперліги. На основі аналізу наукової та методичної літератури, аналізу змагальної діяльності кваліфікованих волейболістів було виявлено комплекс значущих показників підготовленості зв'язуючих у волейболі. Було визначено структуру техніко-тактичних змагальних дій зв'язуючого гравця. Універсальність зв'язуючого гравця підтверджується використанням всіх техніко-тактичних прийомів гри в нападі та захисті, найбільшу частку в їх діяльності складають передачі м'яча. З'ясовано типологічні особливості його гри (точність при передачах м'яча та їх стабільність у стані біля межового стомлення, а також після максимально швидких переміщень у різних напрямках, високий рівень мобілізаційної готовності до дій, ініціатива в організації ігрових взаємодій) та визначено основні напрями застосування спеціальних засобів для підготовки зв'язуючого гравця. Запропоновано застосування індивідуальних програм підготовки у сполученні з універсальними методами індивідуалізації навчально-тренувального процесу, а також застосування комплексного підходу для розвитку провідних здібностей, якостей та рухових вмінь зв'язуючого гравця.

Ключові слова:

волейбол, ігрові амплуа, зв'язуючий гравець, засоби спеціальної підготовки, навчально-тренувальний процес, індивідуалізація

Features of preparation of the connecting player in volleyball.

The article deals with the problem of improving the training in team sports games, taking into account the role of the game. The urgency of the study is determined by the lack of development of a scientifically sound selection system based on the role of the game and the specifics of such training in volleyball. The purpose of the study was to identify the main areas for increasing the effectiveness of the special training of the binding player in volleyball. To solve this goal, methods of analysis and generalization of scientific and methodological sources, pedagogical observations, analysis of competitive activities of qualified volleyball players were used. The research was conducted during the Championship competitions of Ukraine among men's Superliga teams. On the basis of the analysis of scientific and methodical literature, the analysis of competitive activities of qualified volleyball players, a set of significant indicators of the readiness of volunteer binders was revealed. The structure of the techno-tactical competitive actions of the connecting player was determined. The versatility of the connecting gravette is confirmed by the use of all the technical and tactical techniques of the game in attack and defense, the largest share in their activities is the transfer of the ball. The typological peculiarities of his game (accuracy in ball transfers and their stability in the state near border fatigue, as well as after the fastest moving in different directions, high level of mobilization readiness for action, initiative in organizing gaming interactions is determined). The main directions of application of special means for preparation of the connecting player. The application of individual training programs in conjunction with the universal methods of individualization of the training process, as well as the application of an integrated approach for the development of the leading abilities, qualities and motor skills of the binding player is proposed.

volleyball, game role, connecting player, means of special training, training process, individualization

Особенности подготовки связующего игрока в волейболе.

В статье рассматривается проблема совершенствования подготовки в командных спортивных играх с учетом игровых амплуа. Актуальность исследования определяется недостаточной разработкой научно-обоснованной системы отбора по игровым амплуа и спецификой такой подготовки в волейболе. Целью исследования было определение основных направлений повышения эффективности специальной подготовки связующего игрока в волейболе. Для решения поставленной цели использовались методы анализа и обобщения научных и методических источников, педагогические наблюдения, анализ соревновательной деятельности квалифицированных игроков в волейболе. Исследование проводилось во время соревнований Чемпионата Украины среди мужских команд Суперлиги. На основе анализа научной и методической литературы, анализа соревновательной деятельности квалифицированных волейболистов было выявлено комплекс значимых показателей подготовленности связующих в волейболе. Была определена структура технико-тактических соревновательных действий связующего игрока. Универсальность связующего игрока подтверждается использованием всех технико-тактических приемов игры в нападении и защите, наибольшую долю в их деятельности составляют передачи мяча. Выяснено типологические особенности его игры (точность при передачах мяча и их стабильность в состоянии пограничного утомления, а также после максимально быстрых перемещений в разных направлениях, высокий уровень мобилизационной готовности к действиям, инициатива в организации игровых взаимодействий) и определены основные направления применения специальных средств для подготовки связующего игрока. Предложено применение индивидуальных программ подготовки в сочетании с универсальными методами индивидуализации учебно-тренировочного процесса, а также применение комплексного подхода для развития ведущих способностей, качеств и двигательных умений связующего игрока.

волейбол, игровые амплуа, связующий игрок, средства специальной подготовки, учебно-тренировочный процесс, индивидуализация

Постановка проблеми. Сучасний волейбол ставить високі вимоги до організації тактичних дій команди, що об'єктивно створює передумови для успішного завершення атакуючих дій. Специфіка гри обумовлює переважне розв'язання цього головного завдання зв'язуючими гравцями, які виконують роль диспетчерів гри [5].

Практика показує, що підготовка зв'язуючого гравця вимагає розвитку цілого комплексу якостей, необхідних йому для виконання своїх функцій. Складність цієї проблеми обумовлена, перш за все, складністю реалізації на практиці основних теоретичних положень через переважний командний характер організації тренувального процесу [10].

Актуальність дослідження визначається недостатньою розробкою науково-обґрунтованої системи відбору за ігровими амплуа та специфікою такої підготовки у волейболі. Адже одного визнання існуючих проблем індивідуалізації процесу підготовки недостатньо для підвищення ефективності спортивної діяльності. Завдання полягає в тому, щоб вивчити особливості прояву рухових якостей та психічних процесів у змагальній діяльності, які характерні для окремих ігрових амплуа. Врахування кількісних і якісних показників змагальної практики та оперативна оцінка поточного стану спортсмена є важливими для процесу планування підготовки на певному етапі макроциклу [2, 8].

Аналіз останніх досліджень. Значущість індивідуальних особливостей гравця для успішного оволодіння специфічними вміннями і навичками в спортивній ігровій діяльності доведена багатьма дослідниками [1, 3, 4, 9 та ін.]. Практика підготовки у спортивних іграх показує, що адекватність розв'язання змагальних завдань залежить саме від правильності вибору ігрових функцій в команді. Провідними спеціалістами і тренерами з волейболу [5, 10] та інших ігрових видів спорту [1, 4, 6, 8 та ін.] підкреслюється необхідність спеціалізації за ігровими функціями.

Аналіз багатьох досліджень дозволяє стверджувати, що оволодіння складним різноманіттям ігрових прийомів і дій відбувається у юних спортсменів не однаково. Це явище, як і вияв особистої зацікавленості до різних ігрових ролей, обумовлене, головним чином, індивідуальними особливостями юних спортсменів, а також відмінностями в здібностях до функціонального вдосконалення тих органів і систем, які роблять істотний вплив на зростання спортивних досягнень. Це і є головна (об'єктивна) обумовленість процесу спеціалізації в спорті [3, 7]. Однак спеціалісти продовжують дискусію щодо початку спеціалізованого навчання техніко-тактичним діям відповідно до ігрового амплуа. На етапі ранньої спеціалізації можливі помилки з вибором спеціалізації, що пов'язують з антропометричними показниками, які можуть змінюватися у часі не завжди співпадаючи із прогнозованими показниками. Також рання спеціалізація обмежує засвоєння великої кількості техніко-тактичних прийомів, які притаманні іншим ігровим амплуа. В подальшому це може завадити універсалізації гравця і подовженню спортивної кар'єри. В той же час, пізня спеціалізація навпаки не дає можливості підготувати повноцінний резерв гравців відповідних амплуа на час відбору в команди високої кваліфікації [2].

На сьогодні процес підготовки гравця окремого амплуа, зокрема зв'язуючого у волейболі, є проблемним не тільки в дитячо-юнацькому спорті, але й у командах більш високої кваліфікації.

Мета роботи – визначення основних напрямів підвищення ефективності спеціальної підготовки зв'язуючого гравця у волейболі.

Для розв'язання мети дослідження були поставлені наступні **завдання**:

1. На основі аналізу наукової та методичної літератури, аналізу змагальної діяльності кваліфікованих волейболістів виявити комплекс значущих показників підготовленості зв'язуючих у волейболі.

2. Визначити сучасні наукові підходи щодо підвищення ефективності спеціальної підготовки зв'язуючого гравця.

Організація та методи дослідження. Дослідження змагальної діяльності проводилося під час змагань Чемпіонату України серед чоловічих команд Суперліги. Вибір методів дослідження визначався поставленими завданнями та існуючими вимогами до проведення педагогічних досліджень. Для розв'язання завдань були використані наступні методи:

- загальнонаукові методи теоретичного рівня: аналіз, узагальнення, аналогія;

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

- методи емпіричного рівня: педагогічне спостереження та аналіз показників змагальної діяльності;
- методи математико-статистичної обробки результатів.

Результати дослідження та їх обговорення. Доведено, що підвищення рівня організації такої системи, що сама зорганізується, як спортсмен або команда, може бути здійснено при взаємодії з системою, що більше високоорганізована [6]. Тому для визначення структури змагальної діяльності волейболістів різних амплуа ми провели спостереження за технічними та тактичними діями кваліфікованих спортсменів, переважно майстрів спорту та кандидатів у майстри спорту України. Отримані показники можна вважати модельними для гравців студентських та юнацьких команд.

Дані табл. 1 свідчать, що існує залежність кількісно-якісних показників від функцій, що виконує гравець на майданчику. Так як предметом нашого дослідження є зв'язуючі гравці зупинимося більш детально на аналізі показників їхньої змагальної діяльності.

Зв'язуючий гравець за своїми антропометричними даними зазвичай поступається іншим гравцям, однак він є мозковим центром команди і значно впливає на результативність ігрових дій за рахунок спрямування передач м'яча, отже їх в структурі гри зв'язуючого найбільша кількість – 11,6 разів, ефективність їх також досить висока – 84,1%. Вдало виконує зв'язуючий і подачі м'яча – в середньому 5,3 за партію з ефективністю 87%. Найбільш слабкою ланкою в структурі гри зв'язуючого є виконання прийому м'яча з якісним показником у 60,4%. Зв'язуючий бере активну участь у захисних діях команди у блокуванні та організації групового блоку (відповідно в середньому 2,3 і 1,7 рази за партію). У нашому дослідженні показники ТТД зв'язуючого дещо вищі за показники інших гравців – в середньому 25,0 технічних прийомів виконаних з ефективністю в 73,3%.

Таблиця 1

Техніко-тактичні показники змагальної діяльності кваліфікованих волейболістів за одну партію гри (кількість ігор n=10)

Техніко-тактичні дії	Показники	Показники змагальної діяльності гравців різного амплуа				
		Нападник I-го темпу (n=18)	Діагональний (n=18)	Догравальник (n=12)	Зв'язуючий (n=12)	Ліберо (n=12)
Подачі м'яча	Кількісні	5,1	5,3	5,5	5,3	-
	Якісні	82,1%	79,8%	75,6%	87,0%	
Прийом м'яча	Кількісні	2,7	2,3	4,9	2,6	4,8
	Якісні	71,7%	65,1%	68,6%	60,4%	79,7%
Передачі м'яча	Кількісні	1,2	1,5	1,3	11,6	1,0
	Якісні	60,7%	67,8%	65,0%	84,1%	66,7%
Нападаючий удар	Кількісні	2,2	4	4,7	1,5	-
	Якісні	79,3%	76,9%	73,1%	84,7%	
Блокування	Кількісні	2,2	2,6	1,7	2,3	-
	Якісні	67,5%	24,3%	33,2%	56,9%	
Груповий блок	Кількісні	3,2	3,0	2,3	1,7	
	Якісні	59,4%	54,2%	61,6%	66,7%	
Разом	Кількісні	16,6	18,7	20,4	25,0	5,8
	Якісні	70,1%	61,3%	62,8%	73,3%	73,2%

Виходячи з отриманих ігрових показників можна визначити дольову значущість різних техніко-тактичних прийомів у структурі змагальних дій зв'язуючого гравця (рис. 1).

ІІ. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

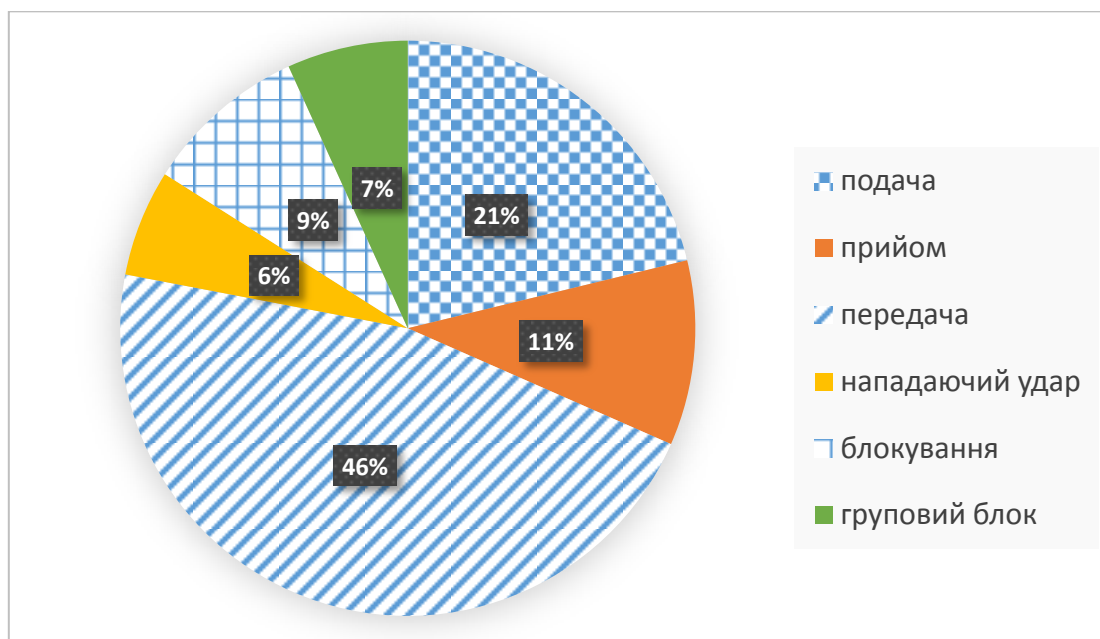


Рис. 1. Структура змагальних дій зв'язуючого гравця у волейболі

Універсальність зв'язуючого гравця підтверджується використанням всіх техніко-тактичних прийомів гри в нападі та захисті. Такі результати підтверджують думку багатьох тренерів, які віддають перевагу зв'язуючим високого зросту, що володіють нападаючим ударом лівою рукою з місця і хорошими навичками блокування [5, 10, 11]. Однак найбільшу частку їхньої гри складають передачі (46%), здебільшого це належить виконанню другої передачі, що робить його роль в організації тактичних дій вирішальною.

Низка досліджень спортивної ігрової діяльності як в природних, так і в лабораторних умовах переконливо показали, що виконання певної ігрової ролі в команді істотно впливає на зміну тих або інших функцій спортсменів [4, 8, 11]. Так, Л.Н. Слупський [10], вивчаючи психологічні особливості стану тренуваності у волейболістів, встановив, що рівень деяких характерних для цієї гри психофізіологічних процесів і функцій значно вищий у зв'язуючих гравців.

Основним змістом ігрових дій зв'язуючого є комплекс якісних особливостей, що містить як спеціальні, так і психофізіологічні компоненти. З психологічної точки зору вони є реалізацією зв'язуючим гравцем певних сенсомоторних та інтелектуальних функцій. Диспетчерська діяльність зв'язуючого складається з наступного алгоритму:

- 1) аналіз і оцінка обстановки;
- 2) розпізнавання ігрових ситуацій;
- 3) розробка варіантів рішень;
- 4) вибір найбільш оптимального варіанту і ухвалення рішення;
- 5) реалізація обраної дії та контроль за її виконанням партнерами [5].

Слід враховувати й такі особливості психологічної діяльності зв'язуючого гравця, як точність при передачах м'яча та їх стабільність у стані біля межевого стомлення, а також після максимально швидких переміщень у різних напрямках, високий рівень мобілізаційної готовності до дій, ініціатива в організації ігрових взаємодій.

Така кількість вимог до функціональних обов'язків зв'язуючих гравців визначає їх процес підготовки як складний і багаторічний. Успішне розв'язання завдань підготовки припускає чітке планування навчально-тренувальної роботи із дотриманням основних принципів дидактики та специфічних закономірностей спортивного тренування. Це дозволяє визначити зміст багаторічного процесу, вибрати напрям діяльності, ефективні засоби і методи [11].

Приступаючи до розробки засобів спеціальної підготовки з метою їх спрямованого

ІІ. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

впливу на розвиток відзначених якостей і здібностей зв'язуючого, необхідно в основу їх підбору і взаємозв'язку узяти системний принцип. Такий підхід дозволяє враховувати складні й на перший погляд різнопланові завдання: принципи формування рухової навички, специфіку волейболу і логіку поетапної періодизації навчально-тренувального процесу. З урахуванням цього вся робота має будуватися в такій послідовності:

1. Розвиток спеціальних якостей і здібностей (засоби СФП).
2. Оволодіння основою навички другої передачі м'яча.
3. З'єднання якостей і здібностей з основою навички другої передачі (взаємозв'язок якостей і навички).
4. Формування тактичних умінь у процесі вдосконалення навички другої передачі м'яча (взаємозв'язок техніки і тактики).
5. Доведення навички другої передачі до досконалості.
6. Навчання тактичним діям при другій передачі м'яча в індивідуальних, групових і командних тактичних діях в нападі.

Враховуючи особливості рухової діяльності зв'язуючого гравця всі вправи, спрямовані на розвиток фізичних здібностей, можна виокремити в наступні групи:

1. Для розвитку швидкості переміщення.
2. Для розвитку швидкості у відповідь дій.
3. Для розвитку сили м'язів, що беруть участь у виконанні основного ігрового прийому — передачі м'яча.
4. Для розвитку сили та швидкості скорочення м'язів, що беруть участь у виконанні подач і нападаючих ударів.
5. Для розвитку стрибучості.

Використання індивідуальних програм підготовки у сполученні з універсальними методами індивідуалізації підвищує ефективність змагальної діяльності як окремих гравців, так і команди у цілому.

Висновки. Майстерність диспетчера визначається перш за все високою і стабільною ефективністю його дій в складних умовах спортивного поєдинку. Процес підготовки кваліфікованого зв'язуючого гравця в волейболі займає від 5 до 7 років. За даними літературних джерел початок спеціалізованого навчання за амплуа волейболістів припадає на етап попередньої базової підготовки, тобто на вік 12-13 років. Спеціалізована підготовка повинна враховувати функціональні обов'язки гравця та особливості його змагальної діяльності. Вона носить комплексний характер та передбачає застосування спеціальних засобів для розвитку провідних фізичних якостей, удосконалення найбільш притаманних ігровій діяльності техніко-тактичних дій в умовах наближених до змагальних, що призводить до формування специфічних психомоторних здібностей (м'язову диференціацію, відчуття простору, м'яча, партнера, периферійний зір тощо).

Для створення оптимальних умов підготовки гравців за окремими амплуа необхідно намагатися максимально індивідуалізувати навчально-тренувальний процес, водночас у тренувальному процесі кваліфікованих волейболістів залучати спортсменів до максимального засвоєння навичок гри суміжного амплуа, що дозволяє розширити арсенал техніко-тактичних прийомів та максимально розкрити їхній функціональний резерв.

Список літературних джерел:

1. Базильчук О.В. Індивідуалізація системи фізичної підготовки кваліфікованих гандболісток: Автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту. Львів, 2004. 23 с.
2. Борисова О., Сушко Р. Розвиток спортивних ігор в умовах глобалізації спорту. К.: Науковий світ. 36 с.
3. Брилль М.С. Индивидуализация в

References:

1. Basilchuk O.V. Individualization of the system of physical training of qualified handball players: Author's abstract. dis ... Candidate of Science in Phys. education and sports. Lviv, 2004. 23 p.
2. Borysova O., Sushko R. Development of sports games in the conditions of globalization of sport. K.: Scientific world. 36 p.
3. Bril M.S. Individualization in sports games:

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

- спортивных играх: трудности, опыт перспективы. Теория и практика физической культуры. 2001. № 5. С. 32.
4. Вознюк Т.В. Інформативна значущість окремих психомоторних показників для оцінки ефективності змагальних дій кваліфікованих баскетболісток. Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів, 2007. Вип. 11. Т. 2. С.81-86.
5. Клещев Ю.Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям. Учебное пособие. М.; Спорт. Академия. Пресс 2002. 192 с.
6. Козина Ж. Л. Проявление закономерностей развития самоорганизующихся систем в сфере спортивных игр. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2006. Вип. 12.
7. Костюкевич В.М., Вознюк Т.В., Драчук А.І. Теорія і методика викладання спортивних ігор: курс лекцій. Вінниця: Планер, 2012. 236 с.
8. Костюкевич В.М. Управление соревновательной деятельностью спортсменов высокой квалификации в хоккее на траве. Київ : Освіта України, 2010. 276 с
9. Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте. М.: Спорт. Академ. Пресс, 2000. 112 с. (наука - спорту)
10. Слупский Л.Н. Игра связующего. М.: Физкультура и спорт, 1984. 96 с.
11. Фурманов А.Г. Подготовка волейболистов. Минск: МЕТ, 2007. 329 с.: ил.
- difficulties, perspective experience. Theory and practice of physical culture. 2001. № 5. P. 32.
4. Voznyuk T. V. Informative significance of individual psychomotor indicators for assessing the effectiveness of competitive actions of qualified basketball players. Young sports science of Ukraine: Coll. of sci. works from the branch of phys. culture and sports. Lviv, 2007. Ed. 11. Vol. 2. Pp.81-86.
5. Kleshev Yu. N. Volleyball. Preparing the team for the competition. Textbook. M.; Sport. Academy. Press 2002. 192 pp.
6. Kozina Zh. L. Manifestation of regularities in the development of self-organizing systems in the sphere of sports games. Pedagogy, psychology and medico-biological problems of physical education and sport. 2006. Ed. 12.
7. Kostyukevich V. M., Voznyuk T. V., Drachuk A. I. The theory and methodology of teaching sports games: a course of lectures. Vinnitsa: Planer, 2012. 236 p.
8. Kostyukevich V. M. Management of competitive activity of athletes of high qualification in hockey on the grass. Kyiv: Education of Ukraine, 2010. 276 pp
9. Seluianov V. N., Shestakov M. P. Defining talent and talent in sports. M.: Sport. Academy Press, 2000. 112 p. (science - sport)
10. Slupsky L. N. Game of the binder. Moscow: Physical training and sports, 1984. 96 p.
11. Furmanov A.G. Training of volleyball players. Minsk: MET, 2007. 329 p.: ill.

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.1293786>

Відомості про авторів:

Поліщук В. М.; orcid.org/0000-0002-2325-0382; volodymyrpolishchuk@ukr.net; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, Вінниця, Вінницька область, 21000, Україна.

Боднар І. В.; orcid.org/0000-0001-5946-2865; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, Вінниця, Вінницька область, 21000, Україна.