

СТАТИСТИЧНІ ПОКАЗНИКИ ОСНОВНИХ ТЕХНІЧНИХ ПРИЙОМІВ ГРИ ПІСЛЯ ВВЕДЕННЯ НОВИХ ПРАВИЛ СУДДІВСТВА У ВОЛЕЙБОЛІ

Носко М.О., Гаркуша С.В.

Чернігівський державний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка

Розвиток сучасного спорту характеризується прагненням спеціалістів до максимального вирішення проблем підвищення якості та ефективності технічної підготовки спортсменів [1].

Технічна майстерність – важлива складова частина спеціальної підготовки волейболістів. Численні теоретичні та експериментальні дослідження свідчать про те, що спортивна техніка зараз продовжує служити одним з найважливіших факторів в ефективній підготовці спортсменів високого класу [5, 6].

Технічні прийоми в сучасному волейболі надзвичайно різноманітні, об'єм їх постійно збільшується.

Педагогічні спостереження проводились рядом авторів [1, 3, 4, 7] за волейболістами різних вікових груп та дорослих команд майстрів вищої і першої ліг; визначали частоту і ефективність основних технічних прийомів гри, їх частку та значення в загальному арсеналі технічних дій волейболістів, об'єднаних в шість основних груп – подача, прийом з подачі, верхня передача, нападаючий удар, блокування та гра в захисті.

Результати педагогічних спостережень, наданих в таблиці 1, показують частку технічних прийомів в загальному арсеналі технічних дій волейболістів. Частка подач і нападаючих ударів складає $13,55 \pm 1,2\%$ і $21,03 \pm 1,1\%$; верхніх передач – $20,31 \pm 1,4\%$; прийомів з подачі – $13,43 \pm 1,4\%$; блокування складає $13,87 \pm 1,8\%$ і гра в захисті – $17,81 \pm 2,1\%$ [1].

Таблиця 1

Статистичні показники основних технічних прийомів гри у волейболістів старшої вікової групи (в %)

№	Вік (років)	Подача	Нападаючий удар	Верхня передача	Прийом з подачі	Блокування	Гра в захисті
1	19 років і старші	$13,55 \pm 1,2$	$21,03 \pm 1,1$	$20,31 \pm 1,4$	$13,43 \pm 1,4$	$13,87 \pm 1,8$	$17,81 \pm 2,1$

Результати досліджень, проведені Фідлер М., показують, що частка технічних прийомів складає: подач 13 %; нападаючих ударів 21 %; верхніх передач 20 % та прийомів з подач 12 % [2].

Технічну оснащеність волейболістів різних вікових груп представив Железняк Ю.Д. у трьох аспектах: питома вага окремих прийомів та способів, їх ефективність (виграш м'яча) і помилки при виконанні (програш м'яча). Питома вага технічних прийомів склала: подач – 12-16 %; прийомів та верхніх передач – 44-60 %; нападаючих ударів – 15-21 %; блокування – 10-18 % [4].

Педагогічні спостереження були виконані на УШ і ІХ Чемпіонатах України з волейболу серед чоловічих команд майстрів першої та вищої ліг.

Технічні прийоми, згідно з існуючими методиками [1, 3], були об'єднані в шість груп: подача, прийом з подачі, нападаючий удар, блокування, гра в захисті та страхуючі дії.

Педагогічні спостереження дозволили визначити:

1. Загальну кількість технічних прийомів у грі.
2. Частку основних технічних прийомів із загального арсеналу технічних дій волейболістів (в %).
3. Співвідношення реалізованих і невдало виконаних технічних прийомів із загальної їх кількості (в %).
4. Реалізацію технічних прийомів (в %).

Результати педагогічних спостережень показують, що загальна кількість технічних прийомів, виконаних волейболістами за гру, в середньому складає 470 одиниць.

З таблиці 2 видно, що частка основних технічних прийомів складає: подачі – $22,7 \pm 2,1$ %; прийом з подач – $21,4 \pm 2,6$ %; нападаючі удари – $26,8 \pm 1,6$ %; блокування – $13,9 \pm 1,6$ %; гра в захисті – $9,7 \pm 1,9$ %; страхуючі дії – $5,4 \pm 1,4$ %.

Таблиця 2

Показники змагальної діяльності волейболістів (чоловіків) (в %)

Показники	Подача	Прийом з подачі	Нападаючий удар	Блокування	Гра в захисті	Страхові дії
Частка технічного прийому	22,7±2,1	21,4±2,6	26,8±1,6	13,9±1,6	9,7±1,9	5,4±1,4
Співвідношення реалізованих і невдало виконаних технічних прийомів	+21,4-1,3	+19,5-1,9	+13,6-5,6*7,4	+4,5-6,3*3,1	+3,7-6,0	+2,9-2,5
Реалізація технічних прийомів	+94,5-5,5	+91,2-8,8	+51,4-21,3*27,3	+31,9-45,5*22,5	+37,7-62,3	+52,7-47,3

Примітка: “ + ” – вдало виконаний технічний прийом; “ - ” – невдало виконаний технічний прийом; “ • ” – м'яч залишився у грі після виконання технічного прийому.

Як стверджує Платонов В.М., розвиток тактики спорту, зміна правил змагань, спортивного інвентарю тощо, помітно впливають на зміст технічної підготовленості спортсменів [8].

До правил змагань з волейболу з 1 січня 1999 року були внесені наступні зміни: партія триває до 25 очків; рахунок ведеться за системою «тайм-брейк» та інші.

Педагогічні спостереження виконувались за волейболістами на змаганнях першої та вищої ліг з метою визначити, як зміни в правилах вплинули на зміст технічних прийомів гри. Всього проаналізовано 32 гри. Фіксувались ті ж показники технічних прийомів, які реєструвались в попередніх дослідженнях. В результаті спостережень були отримані наступні дані: загальна кількість технічних прийомів, виконуваних волейболістами за гру склала в середньому 390 одиниць.

Частка основних технічних прийомів є такою: подачі – $22,0 \pm 2,4$ %; нападаючих ударів – $26,7 \pm 1,9$ %; прийомів з подачі – $18,2 \pm 2,0$ %; блокування – $14,6 \pm 1,8$ %; гра в захисті – $9,6 \pm 1,8$ %; страхуючі дії – $8,9 \pm 1,9$ % (таблиця 3).

Порівнюючи результати спостережень, можна зробити наступні висновки: в зв'язку із змінами в правилах змагань з волейболу змінились і деякі показники змагальної діяльності волейболістів. Загальна кількість технічних

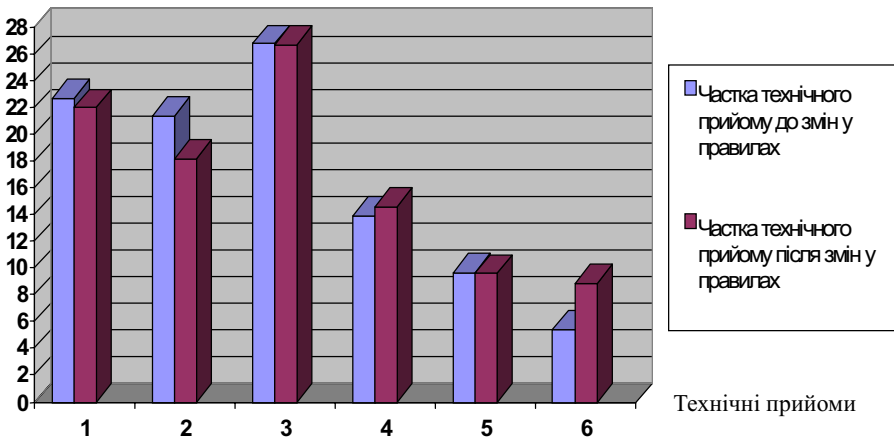
Показники змагальної діяльності волейболістів
після змін в правилах волейболу (в %)

Показники	Подача	Прийом з подачі	Нападаючий удар	Блокування	Гра в захисті	Страхуючі дії
Частка технічного прийому	22,0±2,4	18,2±2,0	26,7±1,9	14,6±1,8	9,6±1,8	8,9±1,9
Співвідношення реалізованих і невдало виконаних технічних прийомів	+20,6-1,4	+17,2-1,0	+12,5-4,6*9,6	+3,4-6,0*5,2	+5,2-4,4	+6,5-2,4
Реалізація технічних прийомів	+93,6-6,4	+94,8-5,2	+46,9-17,3*35,8	+23,2-41,0*35,8	+53,8-46,2	+72,6-27,4

прийомів, виконуваних волейболістами, зменшилась на 80 одиниць (17,02 %). Частка подач зменшилась на 0,7 %; прийому з подач на 3,2 %; нападаючих ударів – 0,1 %; захисних дій – 0,1 %; блокування і страхуючих дій збільшилась на 0,7 % та 3,5 % (Мал. 1).

Співвідношення реалізованих подач з загальної кількості технічних прийомів зменшилось на 0,8 %; нереалізованих збільшилось на 0,1 %; прийомів з подач зменшилось на 2,3 %; нереалізованих на 0,9 %; нападаючих ударів зменшилось на 1,1 %; нереалізованих на 1,0 %; на 2,2 % збільшилось співвідношення м'ячів, що залишилися у грі після виконання цього прийому. Співвідношення реалізованого блокування зменшилось на 1,1 %; нереалізованого на 0,3 %; м'ячів, що залишилися у грі, збільшилось на 2,1 %; захисних дій – на 1,5 %; нереалізованих зменшилось на 1,6 %; страхуючих дій збільшилось на 3,4 %; нереалізованих зменшилось на 0,1 %.

Відсоток реалізації технічних прийомів також змінився: подач



Мал. 1. Статистичні показники (в %) основних технічних прийомів гри до і після змін у правилах. Показники: 1 – подача; 2 – прийом; 3 – нападаючий удар; 4 – блокування; 5 – захисні дії; 6 – страхуючі дії.

зменшився на 0,9 %; прийомів збільшився на 3,6 %; нападаючих ударів зменшився на 4,5%; на 8,5 % збільшився відсоток м'ячів, що залишилися у грі після виконання нападаючих ударів. Відсоток реалізації блокуючих дій зменшився на 8,7 %; на 13,3 % збільшилась кількість м'ячів, що залишилися у грі після виконання блокування. Значно збільшився відсоток реалізації захисних дій – на 16,1 %, а також страхуючих – на 19,9 %.

Техніко-тактичний рівень сучасного волейболу достатньо високий і подальше його підвищення вимагає узагальнення передового досвіду, всебічного наукового обґрунтування системи підготовки. При аналізі ігрової діяльності окремих гравців і команд в цілому можна виявити досягнення та характерні недоліки кожної команди і гравця.

Кожен тренер, враховуючи конкретні показники своїх гравців, може внести певні зміни у зміст та методику проведення наступних тренувальних занять з урахуванням отриманих даних, поліпшити керування тренувальним процесом, а також вміло керувати діями команди під час змагань.

Література

1. *Возрастные особенности двигательной деятельности волейболистов /Методич. рекомендації для студентів / Сост. Носко Н.А., Пелипак В.П. –Харьков, 1986. – 24 с.*
2. *Волейбол. Пер. с нем. /Под общ. ред. М.Фидлер. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 214 с.*
3. *Демчишин А.П., Пилипчук Б.С. Підготовка волейболістів. – К.: Здоров'я, 1979. – 104 с.*
4. *Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.*
5. *Кондрашин В.П., Карягин В.М. Тренировка баскетболистов высших разрядов. – К.: Здоров'я, 1978. – 93 с.*
6. *Луничкин В.Г. Экспериментальное обоснование методики совершенствования приемов техники игры у высококвалифицированных баскетболистов: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 1969. – 19 с.*
7. *Носко Н.А. Формирование навыков ударных движений у волейболистов различных возрастных групп: Автореф. дис... канд. пед. наук. – К., 1986. – 22 с.*
8. *Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. – К: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.*

САМОСТІЙНІ ЗАНЯТТЯ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ - ШЛЯХ ОВОЛОДІННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНИМИ ЗНАННЯМИ, НАВИЧКАМИ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ

Кодацька С.М.

Кіровоградський державний університет

Важливу роль в оптимізації системи фізичного виховання в загальноосвітній школі займає розробка змісту позаурочних занять фізичними вправами, з яких найбільш значними є самостійні заняття. Проблема самостійних занять фізичними вправами дітей шкільного віку є важливою і актуальною. Дослідження показують, що цілеспрямована рухова активність дітей та підлітків задовольняється уроками фізкультури тільки на 11% / М.В.Антропова /.

З одного боку самостійні заняття дають можливість усунути руховий дефіцит у школярів, забезпечити гармонійний розвиток рухових якостей,